

デイ タイム



No.5
2021年冬号

デイケアで心ほかほか楽しい冬

魅力たっぷり！冬の登別特集

登別温泉の歴史

登別温泉は江戸時代末期に共同浴場ができ、その後滝本金蔵が温泉旅館はじめ湯治客が利用するようになりました。明治末期には日露戦争の傷病兵保養地として指定されたことで、知名度は全国的に広まり、旅館やみやげ物屋が並び現在の登別温泉郷の原型が出来上がりました。その後、交通の整備が進むとともに、訪れる人の数は増え、登別温泉は発展してきました。

登別温泉は温泉のデパート

「登別」とはアイヌ語で「ヌプリベツ＝白く濁った川・色の濃い川」を意味します。古くからアイヌの人々は、川の色が変わるほど豊富に湧き出す温泉を薬湯として用いていました。

毎分3000ℓも噴出する地獄谷をはじめ、大湯沼、奥の湯などの火口跡やクスリサンベツ川浴いなど、およそ36カ所の源泉から1日1万tもの湯が湧き出しています。硫化水素泉、食塩泉、明礬泉、鉄泉、ラジウム泉をはじめ、9種類の泉質を湧出し、「温泉のデパート」と呼ばれています。

新聞部おすすめの温泉 夢元 さぎり湯

皮膚病に効果があり、殺菌力が強い強酸性のお湯の硫黄泉に加えて、当施設でしか楽しむことのできない皮膚や粘膜を引き締める収れん作用に効果的で結膜炎などによく聞き、「目の湯」とも呼ばれる明礬質も楽しむことができます。

・ご利用時間

7:00~21:00 最終受付 20:30
大人/450円 子供/180円



のほりべつクマ牧場が登別温泉のすぐそばにはあります。ロープウェイで素敵な景色を見ることができたり、たくさんクマがいて楽しいですよ。



冬の登別をぜひ楽しんでください



記事担当：お花



日本では北海道だけに生息し、長く厳しい冬を生き抜く小さな野生動物を少しですが紹介したいと思います。

エゾリス



エゾフクロウ



・エゾオコジョ

エゾオコジョはイタチ科の動物です。本州に生息するオコジョとの主な違いは北海道のオコジョの方が大きいことです。オスが24cm、メスが22cmぐらいです。冬季は白いフワフワの毛になり、尾の先は黒くなります。山岳地帯に生息し、見る事はめったにないそうです。

・エゾモモンガ

リス科のエゾモモンガは一生のほとんどを樹上で過ごします。体長はオスが16~18cm、メスは約15cmです。

木から木へ滑空して飛び移るので、「空飛ぶ忍者」という異名もあるくらいです。大きな目は見る角度によってハート型に見えるそうです。



・エゾナキウサギ

氷河期の生き残りと言われているエゾナキウサギ。ウサギと言っても、耳は短く、四肢も短く、一見ネズミの様ですが、れっきとしたウサギの仲間です。体長は15cmほどで、大雪山系をはじめ、山岳地帯に生息します。

鳴き声は「ピイツ、ピイツ」や「ピチィ」と高い声で鳴きます。

・シマエナガ

エナガはヨーロッパから中央アジア、日本まで分布する鳥で、シマエナガは北海道にのみ生息している。体長は約14cm、体重は5.5~9.5gで、スズメでも約25gあります。日本では2番目に小さい野鳥です。冬場は真っ白で、寒さを乗り切るため羽毛をふくらませています。

夏場はシュッとスリムです。かわいらしい姿から「雪の妖精」「白い恋人」などとも呼ばれています。



冬はまんまるモコモコ

記事担当：メイプル、はやぶさ

デイケアさあくるプログラム紹介

デイケア開設 20 周年式典が 10 月 21 日に三愛病院大会議室で行われました。

まず、理事長・院長の挨拶ではデイケアさあくる開設までの歴史や名前の由来、今後の展望についてのお話がありました。

祝辞では訪問看護ステーションあおいの矢吹看護師の手紙で、デイケア立ち上げメンバーとして、メンバーやスタッフとデイケアさあくるを作り上げてきたと思い出がつづられていました。



その後思い出の写真 100 枚を見ました。懐かしい写真がいっぱいで、ほのぼのとしたものが多く、泣けてくるものや楽しかったことが思い出されました。皆若かったし痩せていました。

皆食い入るように見て、驚きや笑いなどのリアクションが起こりました。



「デイケアで好きなところ」読み上げでは、事前にデイケアメンバーで“デイケアさあくるの好きなところ”を書いた作品を作成しており、それをスタッフが読み上げました。

“金太郎池に行って食べたジンギスカンが美味しかった”

“初の釣り堀が楽しかった” “忘年会で鍋を食べた” “和やかな笑い声が聞こえる” “など、それぞれのデイケアの好きなところを皆で共有しました。デイケアメンバーの沢山の言葉は作品としてデイケアに飾られています。

続いて、デイケアメンバー 4 名からのデイケアの思い出の発表がありました。

それぞれのメンバーからデイケアの好きなところとして、活気があるところや正月の神社参拝などの行事が楽しいこと、デイケアに来ると寂しさが紛れるところ、デイケアメンバーに会うことが元気の源であることなどが挙げられました。また、デイケアに来て、積極的になるなど良い方向に成長したことや、前向きな気持ちになること、役割を持って活動しており充実感を感じている、何事もコツコツやると力になり「継続は力なり」と感じるなどデイケアに来て変化を感じていると話していました。

職員代表挨拶では吉井さんからメンバーさんからエネルギーを貰っていることやこれからも皆で良いデイケアを作っていきたい気持ち、これからも良い思い出を作っていきたいことが述べられました。

最後の一本締めではメンバーからの挨拶ともう一人のメンバーの掛け声で一本締めを行いました。迫力があり、全体が締めまりました。



大会議室からデイケアに戻り、昼食としてお寿司が振舞われました。皆楽しみにしており、記念式典らしい豪華な食事でも、大変美味しくいただきました。

当日は来賓が 9 名いらしていました。看護師長会から綺麗なお花もいただきました。

デイケアには色々なメンバーが通っていて、様々な活動をしていることがわかり、デイケアの歴史が詰まっていたデイケアの良いところが分かった式典でした。



素敵なお花ありがとうございました！

記事担当：第七艦隊司令部

ケンちゃんの体験談

この世に生を受けてから、今もそうですがお母さん子で母の影響を多大に受けてきました。もともと静かというか穏やかな性格で人と話すのが苦手な人間で大変悩み、幼いころはいつも泣いていました。

巨人の星の影響で野球少年となりましたが、野球部が廃部になることがわかり友人に相談しテニスを始めました。全国レベルの先生に会い、「打ちたいところにボールが行くとテニスは楽しいだろう！」と言われ、同じ学校でも全国レベルの先輩がいて、マッケンローや今でいう錦織圭のようにラケット一本で世界を回りたいという夢があると話していました。



大学を目指し理系、数学・物理が好きな少年になりましたが、現実は厳しく大学を断念し、専門学校に入学。新聞配達をしながら寝る間も惜しんで勉強をしていたところ体調を崩しました。

体調を崩した頃の事を覚えていませんが「私はなんともないと思いますが、皆さんがおかしいと思うなら休んでいきます」と言ったそうです。体調が戻ってから新聞配達のパイトをしながら、数年間色々な本を読みました。その時に自分は自分だけの事しか考えてなかった、他人の幸福を願えるように生活を改めようと考えました。

友人作り・サークル活動など苦しいながらも振り返ればいい思い出があります。温室の作業をしないか？と誘われて、花に囲まれたすばらしい仕事をさせてもらいました。温室での作業に慣れた頃パン作りの仕事もしてみないかと言われ、自分はあまり向いていないと思いながらもパン作りの仕事も経験しました。

デイケアを利用し始めた頃に一人暮らしを始め、派遣業で仕事を頑張っていました。お金のトラブルも多く、体調を崩したこともあり。ナイトケアがあると知り、行ってみると楽しいプログラム、ごはん、お風呂、送迎付きと良いことが多く、ある先輩は「ナマケモノになってしまうのではないかと心配していましたが、それはこちらの意識の問題で、デイナイトを利用すると生活リズムができ、大変なこともありますが楽しいところだと思っています。」

担当：ケンちゃん

令和三年十二月吉日
記事担当 ケンちゃん



ケンちゃん

少し寂しい
あなたと二人

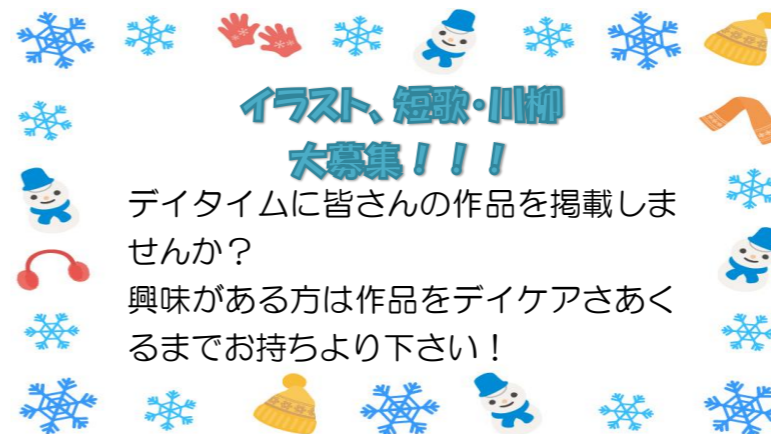
秋が来て
紅葉燃ゆる
わが心

愚功

希望のあらた
独りの暮らしに
木枯らしに舞う

初冬の
人生の節目に

短歌・川柳コーナー



イラスト、短歌・川柳 大募集!!!

デイタイムに皆さんの作品を掲載しませんか？
興味がある方は作品をデイケアさあくるまでお持ち下さい！

心に残る名言

人は窮地にあつて活路を見出す。
だから私は「困った」とは言わない。
真の楽しみは苦しみの中にあるのだ。



高杉晋助

次回は 2022 年 4 月発行予定です