

好きな歌と一緒に歌うことが一番の楽しみ

そうだ藤の森デイサービスセンター

～カラオケ、レクレーションを通じて交流を楽しんでいます～



今月は宮坂スミ子さん（デイサービス利用者）にインタビューをさせていただきましたので紹介します。

Q) デイサービスについて

A) いつも家では一人だけど、デイサービスに来れば歳の近い人たちや親切な職員さんがいて、お話やゲームや体操など色々なことができるので生活にはりができます。

中でもお昼のカラオケは、もともと歌うのが好きな事もあり特に楽しみです。

Q) カラオケはどんな楽しみがありますか？

A) 毎回スタッフの方とデュエットをするんだけど、私はそれがとても好き！

家でも一人で好きな歌を聴いたり歌ったりするけど、やっぱり誰かと一緒に歌うときが一番。楽しさを共有できていることを実感します。

他の人の歌を聴くのも楽しい。その歌が流行していた頃のことを思い出して「あの頃はこんな事があったわね。」とかを皆と話すことができているのが楽しいわ。

歌のフレーズは知っているけど、タイトルがわからない曲のタイトルを知ることができるのが密かな楽しみなのよ。

以上が宮坂さんのインタビュー内容でした。

カラオケは毎日昼食後の自由時間に行う余暇活動で、デイサービスの主となる活動ではありませんが、デイサービスに行って活動するきっかけや意欲に繋がることも大いになり得ることを今回のインタビューを通して改めて感じることができました。

興味があるけど今一步踏み出せない方がいらっしゃいましたら是非、そうだ藤の森デイサービスで楽しみを見つけ、訓練や活動を通して一緒に元気になりましょう。

mini こらむ

「アンチエイジング」という単語。誰が何時の頃から使い始めたのか定かではありませんが、最近では、美容関係の雑誌やサプリメントの広告を中心に、様々な場面で目にする単語です。こうした雑誌の記事の内容から、「歳は取りたくないなあ」そんな気持ちの現れから、「爽やかに老いと戦う」というイメージで使われているように感じられます。…果たして、老いと戦わなくてはならないのでしょうか？確かに、私たち人間は年齢を重ねると筋力が衰え、骨ももろく

なり、容貌も変化して…。

そんな老いを遠ざけようと戦う…。

それよりも今回のインタビューにあるように、楽しく笑顔で好きな歌を歌う。その歌が流行っていた時代を思い出しながら誰かと語らう。そんな表情からは爽やかに年齢を重ねていっしやるように感じられます。

戦うよりも、楽しみながら爽やかに歳を重ねる。そんなイメージで「ハッピーエイジング」

私たちのデイサービスでそんな暮らしをしてみませんか？

社会福祉法人 三愛会 関連施設ご案内

～介護保険に関するご相談は『そうだ藤の森介護保険相談センター』（097-578-6563）までお問い合わせください～

■そうだ藤の森拠点

- 特別養護老人ホーム そうだ藤の森 tel 097 (567) 8822
 - 特別養護老人ホームそうだ藤の森（ショートステイ事業所）
 - そうだ藤の森デイサービスセンター tel 097 (578) 6561
 - そうだ藤の森介護保険相談センター tel 097 (578) 6563
- 所在地：大分市大字寒田202

■天領ガーデン拠点

- 特別養護老人ホーム 天領ガーデン tel 097 (574) 7500
 - 天領ガーデン（ショートステイ事業所）
- 所在地：大分市大字田尻字高尾784-1
- 看護多機能ホーム ふじっこ tel 097 (578) 6241
 - デイサービスセンター ひなたや tel 097 (578) 6251
 - 訪問看護ステーション天領ガーデン tel 097 (578) 6271
 - ヘルパーステーション天領ガーデン tel 097 (578) 6562
 - 元気デイ きらら tel 097 (578) 7320
- 所在地：大分市大字田尻字高尾783-1