



ドラム式洗濯機が我が家に来ました！

去る5月14日(火)にドラム式洗濯機を購入しました。思いかえせば私が幼い頃、母がたらいと洗濯板で洗濯をしていて、手動式の絞り機から洗濯物がしわしわのおせんべい状態になって出て来た事をかすかに覚えています。

そして、私が小学低学年の頃に二層式の洗濯機に変わり、そこから私のお手伝いが始まりました。それから阪神淡路大震災を機に全自動洗濯機に変わりました。

また、震災後しばらくして結婚し25年前に購入した全自動洗濯機からドラム式洗濯機に変わり使い方も説明書を見ながら何回か使っているうちに何となく使いこなせてきました。その分私の時間も増えて来ましたので、他の事を少しずつ出来る事を無理をせずにマイペースでしていきたいと思います。(Y)

子どもの日に家族でいちご狩り

種類がいくつか横並びに並んでいて好きな苺から順々に食べました。

甘酸っぱく渋みもなく口に混ざり溶けるような頃合いで、丁度いい具合で美味しかったです。

ちょい足しに甘いシロップがあったのですが本来の味を堪能したかったのでやめました。

甥っ子のはしゃいで、暴れるので大変でした。でも賑やかで楽しく有意義に過ごせました。皆さんもぜひ行ってみてください。(A)

うれしおのわ

〒651-1502 兵庫県神戸市北区道場町
塩田1505

<https://ureshionowa.com/>



ゴールデンウィーク≡休息入院

前々からずっと頭の隅にこびりついていた「休息入院」を4泊5日で実行してみた。

日常を離れて過ごした5日間。開放病棟で、病棟の雰囲気も優しく穏やかで、居心地良かった。快適だった。いちばん気になることから離れられて、「楽」だった。一番心配な「食事」に関して、なんとかやり過ごすことができた。腩臓食で食べやすかった。普段私が料理している脂肪少なめのタンパク質が主菜で受け入れやすかったから。「治療」のための入院ではなく、以前の医療保護入院の時とはまったく形態がちがったようで、快適に過ごした。日中は個人で外出もしていた。近くのスーパーに出かけたり、コンビニに出かけたり。

退院して、改めて思ったことがある。言いたいことがある。

『入院ではなく、私は地域で暮らしていくことができる。思いを実現することができる。自分なりにがんばっていこう！』

【ただ、自分の人生、自由はある。心地よく過ごすことができるのなら、今回心地よく居られたのなら、休息入院という方法を1年に1度くらいとってみようかな。】(N)

保健・看護実習生来所！

5月17日、甲南女子大学看護学科の学生さんが来られました。学生さん3名、先生、保健師さん。

あすなろの事業所紹介やピアサポーターの活動などをお話ししました。メモをとり真剣に話を聞いていた姿が印象的です。おはなしの後は新鮮組の畑の見学にも行っていただきました。大地の中で活動する利用者さんとも交流していただきました。

(S)



『不安をのりこえて』!!

毎回ご案内していますが、ピアサポーターが中心になって作った改訂版『不安をのりこえて』ができています。入手ご希望の方はあすなろまでご連絡ください。(編集部)



雲外蒼天(うんがいそうてん)

雲外蒼天 今年にあすなろの玄関先の花壇に紫陽花が綺麗に咲いてくれました。また、雨の降った後は土の状態を見て水やりの加減もしています。今年もこのまま最後まで綺麗に咲いてくれるのを見守っていきたいと思います。(Y)