

# えんがわ

第14号

2008年5月発行

発行元  
衣笠病院グループ  
横須賀市小矢部  
2-23-1  
Tel.046-852-1182

ちよっと休んで  
行きませんか？

今日はただ、ぼんやりと窓の外を見ている。緑が綺麗だ。新しく芽吹いた葉っぱ達が、黄緑色に輝いている。その色に気持ちちがゆっくりほぐれていくようだ。何もしない日があったっていい。ポーっとしていただけの時間があつたっていい。最近私は、そう思う。どうも私の世代は、あくせく何かをしている人が偉いんだ、成功するんだ、と教え込まれてきた気がする。振り返ると、いつも『やるべきこと』を必死で見つけてきたように思う。それはきつと、いいことな

のだろう。人が成長するために、必要なことなのだろう。だけど、まっすぐ前だけ見ているかわいらしい花を見逃してしまうことだってある。小川のメダカを見つけれられないまま通り過ぎてしまうことも。

ゆっくり、ゆっくり。何も考えないで、ゆっくり時間を過ごす。その醍醐味が分かってきたということは、私も本物の大人になってきたというのかな？

長瀬ケアセンター  
リハビリ室 安部剛央

## えんがわ在宅 ひとくちメモ

介護で

### お得な情報

春は、外出が楽しい季節です。桜が終わって、桃、ツツジと、まだまだお花鑑賞もできますね！

六十歳以上の皆様、横須賀市が発行している「福寿手帳」をご存じでしょうか？この手帳には、高齢者のための事業情報掲載だけでなく、福祉バス(コース日替わり)の無料乗車も出来る特典もあります。これを手帳に活用して、外出してみてはいかがでしょう？手帳に関するお問い合わせは、保健所健康づくり課へ(ウェルシティ市民プラザ八二四一七五六一)。  
なお、葉山町の高齢福祉施策には、文化会館で無料入浴できるサービス等がご

ざいます。

今年度より、市の委託事業であった衣笠病院在宅介護支援センターがなくなりました。今後は、衣笠病院ケアセンターとして、お達者教室(介護予防)を通じ、地域の皆様とのふれあいを大切にしていきたいと考えております。

衣笠病院ケアセンター  
協田直美



うちの子供は赤い電車が好きなので、踏切によく連れて行きます。京急電車の発車の音は「フアソラシドレミアソナー」って知ってました？何回も言っていると楽しくなりますよ。