



佐倉<ゆうゆうの里>便り

2017.6

発行／ 佐倉〈ゆうゆうの里〉 〒285-0025 千葉県佐倉市鑄木町 270-1
平成 29 年 6 月 20 日現在 (募集戸数 7 戸/379 戸) *待機登録受付中*

特集

～皆様の抱える不安や悩みがスッキリするようにアドバイス～ 体験入居は新たな気づきを得るチャンス！

昨年度も、500 名を超える方が佐倉〈ゆうゆうの里〉を見学に来られました。多くの方とお話しする中で、皆様がそれぞれに不安や悩みを抱えていらっしゃるのことがわかりました。体験入居にお越しただけると、時間がゆっくりととれますので、〈ゆうゆうの里〉が長年培って得てきた“有益な情報”を提供したり、アドバイスをさせていただくこともできます。

〈ゆうゆうの里〉が体験入居を勧める理由

ご自身の将来を“納得して”決めていただく過程のひとつとして、実際にホームで宿泊をして〈ゆうゆうの里〉をしっかりとご覧いただくことも大切だと考えています。入居者や職員の雰囲気、近隣の様子（買い物や散歩、病院、図書館などの確認）、（自分が受け止めた）サービスや規則についての“確認”のためです。また、入居は数年先に…とお考えの方々にも、入居までに最低限考えておくこと、行動したら良いこと等のアドバイスもしています。納得がいくまで何度でも体験入居していただきたいと思っています。

体験入居して“初めてわかったこと”・・・(入居者に伺ってみました)

●晩酌は里ではできない!?!と思いついでいたが、食事を自分で部屋に持ち帰り晩酌する人、アルコール持参でレストランで食事する人を見て安心した。スタッフたちが、入居者一人一人に“〇〇さん…”と声をかけていたが、翌朝、△△さん！と自分まで名前と呼ばれ、自分の名前を呼ばれる嬉しさを実感した。

●新聞・雑誌を読むスペースがある、と聞いても期待はしていなかったが、予想以上の快適空間だった。(写真①②)

●自分の足で近隣を歩き、マイクロバス(写真③)に乗ったりして、ここに住むという前提でのイメージが湧いて

きた。早朝便というバスが、東邦医療センターや聖隷佐倉市民病院に行くのと知り、早速乗ってみた。朝 8 時前に京成佐倉駅で下車できるので、外出に便利だと感じた。病院へも送ってくれるのは良い。利用できるというのが安心。

●ひとりぼっちで寂しくないか、溶け込めるか…と不安だったが、入居者と大浴場やレストランなどで話をすることができて「なんだか大丈夫そうだ…！」と実感できた。

●スタッフと話をしていたら、家の売却や、引っ越しのこと、延命治療を望まない件や終末介護のことにまで色々話が広がり、不安に思っていたことが一気にスッキリした。自分が今何をすれば良いのか、そこまで整理して話をしてくれたので、今なら自分も前に進める、進もうと決心できた。



【佐倉募集チーム：4名】

お越しいただいた方に「来てよかった!!」更には「入居して良かった!!」と言ってもらったことが私たちのかけがいのない喜びです。そのためにも皆様には、これからの“住まいの選択”の段階の途中途中で“スッキリ(納得)”を得て欲しいと思っています。〈ゆうゆうの里〉では、皆様が確認したいテーマや、やりたいことを中心に体験入居のプランを個々に考えご提案もします。体験入居はご自身が納得するまで、何度でもお越しください。佐倉の入居募集担当 4 名、皆様のよき相談者となるように、一緒になってお話を伺い、考え、ご提案し、有益となる情報提供に努めたいと思います。

♡♡♡♡入居者インタビュー♡♡♡♡

「夢を追いかけて、それを実現する！」

・・・松本アイ子様 (74歳)

～自分で限界を作らない、まだまだできることがいっぱいある～



●自分で決めたやりたい夢を実現していく面白さ



文庫で子供たちに読み聞かせ

現役を引退して早くも10年が過ぎようとしています。定年退職前に“今後の人生で必ずやりたいこと”を3つ心に決めていました。①書道塾を開くこと、②自立型ホームに入居して安心を得る事、③「文庫」を開き、子供たちと大好きな絵本に触れ合うこと。入居して6年、①～③全て実現することができ、現在も進行中。夢が叶ったと幸せを噛み締めています。②については、両親の介護経験から、自分は身内に頼らず、早いうちに自立型ホームに入居して楽しく暮らすと決めていました。いくつもホーム見学をしましたが、その中で一番しっくりきたのが佐倉〈ゆうゆうの里〉。美しい里山、田畑とのかな佐倉。地図を片手にウォーキングを楽しみました。入居以来、入居したことを後悔したことは一度もありません。逆に、早くに“居場所”を決めておいて良かったと思います。

●人生、“予想外の出来事”が本当に起こりました！

まだまだ元気、施設にお世話になるのはいつの事かしら…!?と毎日を楽しく暮らしていました。そんな私の日常に、「まさか!!」が起こりました。交通事故に遭い、右足を骨折。救急搬送された病院で入院といわれましたが、「入院は嫌、〈ゆうゆうの里〉でやりたいことをやりながら暮らしたい」と希望し、施設サービスを受けることを前提に、自宅で療養生活をスタートしました。完治するまでに約3か月。振り返れば、骨折直後の杞憂は嘘のように、結構面白く、充実して過ごせたと思います。この間、食事の配膳やら入浴の介助やら、細やかなサポートを本当によくスタッフがやって下さいました。こんなにまでしてくれるの!?というプラスの驚きで、これから〈ゆうゆうの里〉で最期を迎えても安心、という気持ちにまでなりました。(といっても、私の家系は長生きですので、まだまだしっかり生きてます!)

●人と関わっていくのが天命だと思います

私は本当に人間が好き。友人たちも多く、食事会に出かけたり、自宅を訪ねてきてくれたりもします。人との触れ合いは、私にとって至福の時。そういう意味では、今でも本当に恵まれた環境にあると思います。幸せを感じることはたくさんありますが、中国のトレッキング中に、「松本先生！」と昔の教え子に声をかけられたこともその一つ。ものすごい確率の再会でした。50年前、シルクロードから始めた海外旅行も、あと11国を訪れば、100国制覇。元気で活動できる有難味を痛感した今、次なる海外旅行も企画しようと考えています。長年の夢であった、地域子供図書館「おひさま文庫」を開設でき、若いママたちや子供たちの生き生きした表情、笑顔、成長していく姿を目の当たりにできる幸福感は、まさしく私の原動力です。これからの未来を描く子供たちに何かをもたらせたら素敵だなという思いで、続けています。



教え子との再会は奇跡！



子供たちの成長を見守り、常にポジティブエネルギーを放っている松本さん。このエネルギーは、自ら毎日楽しく過ごそう、夢の実現に向けて歩んでいる(突進している)からこそ湧き出るものだと感じました。松本さんとお話をしていると、周りにいる私たちまで元気エネルギーをいただいている感じです。

もっと知りたい! 「佐倉の街」

⑬ 新鮮な野菜はやっぱり美味しい! …おすすめ購入先を紹介!



採りたての新鮮野菜は、目で見ても、野菜そのものを触ってもすぐにわかります。これからの暑くなる季節、トマト等の新鮮な生野菜のサラダ、きゅうりのキムチ漬け、酢漬け…。夏は新鮮野菜がおやつにもなりそうです。また、冷えたビールや日本酒のオツマミにもなる枝豆やもろきゅうも、新鮮野菜ならより美味しい! 入居を検討されている方や、新規入居者からも、新鮮野菜はどこで手に入れることができるの?との質問を多く頂きます。そこで今回は、おすすめできる購入先を紹介します。

●【佐倉の朝市…毎週日曜日 午前 5:00～ (京成佐倉駅南口)】

日曜日、早起きして京成佐倉駅前へ出かけてみました。駅前には普段の喧騒がウソのように、車の往来もなく、静かに落ち着いていました。朝市用の駐車場には整備の人がいるので、わかりやすいです。朝 5 時、すでに人で賑わっていました。30 年以上この場所で続いているという、伝統あるこの朝市では、野菜をはじめ、生花や魚、だんご等を販売する店が、線路に並行して数軒並んでいます。早朝の爽やかな空気の中、お客さんと店主の「活気ある会話」や非日常を感じる買い物はワクワクします。また、野菜は、採りたて・新鮮であることに加え、お手頃価格なのも魅力です。

※佐倉〈ゆうゆうの里〉で体験入居された早朝に、ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか?



●【和田あぐりマーケット】 営業時間… 火・木曜日 8:30～15:30 土日祝は 8:30～12:00



見るからに新鮮。旬の野菜が並んでいるのを手に取ってみるだけでもエネルギーを感じとることができます。佐倉〈ゆうゆうの里〉から徒歩 10 分の距離なので、散歩ついでに少量ずつの買い物も楽しむことができます。

●【スーパーマーケット トウズ】



〈ゆうゆうの里〉周辺には、生活用品を購入できるスーパーマーケットがいくつもありますが、地元主婦の間でも新鮮野菜といえば「トウズ」。京成佐倉駅北口から徒歩 3 分です。スーパーなら、他の食材(キムチやモッツァレラチーズ、アボカド、ドレッシングなど)も一緒に購入できますし、〈ゆうゆうの里〉のマイクロバスを利用すれば便利。特売日は、店外にもお買い得商品や採りたて野菜が並んでの盛況ぶりです。



〈ゆうゆうの里〉のレストランで食事をとっている方も、新鮮野菜を購入して、浅漬け・ピクルス漬け・ぬか漬けを作ったり、サラダにしたり…と、「食」に彩りを加えて楽しんでいるようです。新鮮野菜は、やっぱり美味しいですからね!

〈ゆうゆうの里〉のレストランで食事をとっている方も、新鮮野菜を購入して、浅漬け・ピクルス漬け・ぬか漬けを作ったり、サラダにしたり…と、「食」に彩りを加えて楽しんでいるようです。新鮮野菜は、やっぱり美味しいですからね!





ぜひ、ご来里ください

◆東京駅発 バス見学会(日帰り)

7/13(木)・8/2(水)

- 集合場所 : JR東京駅丸の内口「新丸の内ビル」前
- 集合時間 : 午前9時50分
- 定員 : 各20名
- 参加費 : 1,000円(昼食代・税込)
- 内容 : 施設概要・施設見学・昼食体験・質疑応答



直接、佐倉〈ゆうゆうの里〉にお越しいただく場合は
佐倉〈ゆうゆうの里〉管理事務所に11:10集合、
参加費は500円となります。

〈ゆうゆうの里〉の旗を持った
スタッフがお待ちしております



◆体験入居 お一人様3000円(夕・朝食付)

ご希望の日に、ゲストルームを利用して体験入居ができます。事前のご予約が必要です。
日中の様子だけではなく、お食事や入浴等を通じ、〈ゆうゆうの里〉での「暮らし」を1日体験
していただきたいと思えます。

- ★お薦め ★プール利用は10~16時まで。ご希望の場合は事前にお申し出ください。
- ★〈ゆうゆうの里〉のマイクロバスを利用して、街を見て歩く。

お店や駅までの距離、街の雰囲気、美術館まで足をのばす等
~皆様のご希望を伺った上で、スタッフよりご提案します。お気軽にご相談ください~


◆個別見学

随時受付しています。ご希望の時間を事前にご連絡ください。

ご入居者と同じメニューの食事を召し上がっていただけます(昼食:740円、要予約)

※来客用駐車場がございます。お車でお越しの際は、ご予約時にお知らせください。

一般財団法人 日本老人福祉財団

 佐倉〈ゆうゆうの里〉 フリーダイヤル 0120-0272-65 募集係

ひまわりガーデン、花火・・・夏の佐倉は楽しみがたくさん!

四季折々の姿を楽しませてくれる佐倉のまち。夏のおすすめは
“ひまわり”と“花火”です。7/8~23、佐倉ふるさと広場では「風
車のひまわりガーデン」を開催、印旛沼湖畔のオランダ風車を背景
に、約2万本のヒマワリが咲きそろう。8/5は「佐倉花火フェ
スタ2017」。関東最大級の二尺玉もあがるこの花火大会は佐倉〈ゆ
ゆうの里〉の5号館屋上から楽しむことができ、ご入居者の夏の
楽しみのひとつとなっています。

