



佐倉〈ゆうゆうの里〉便り

2018.4 月

発行／〒285-0025 千葉県佐倉市鎗木町 270-1 佐倉〈ゆうゆうの里〉

特集

～〈ゆうゆうの里〉は「元気付き」の商標登録をしています～ 「元気付ホームで、夢と希望にチャレンジ！」

〈ゆうゆうの里〉は、介護の安心のためだけに入居するホームではありません。しかしながら、介護付き有料老人ホームという類型から、要介護状態になってから入居する施設だと思っていた…というお客様も多いのが現状でした。そこで、実際の〈ゆうゆうの里〉をより知っていただきたい、わかりやすい言葉で表現できたら…ということで、2016年8月に“元気付き”を商標登録いたしました。

「元気付き」高齢者コミュニティ〈ゆうゆうの里〉…冊子「夢にチャレンジ！」はご希望の方に差し上げています。



「夢にチャレンジ！」

“元気付き”には、年齢を重ねていくことへの不安から解放されて、個々に、夢と希望にチャレンジできる、自宅にいた時よりも元気になるという意味を込めています。実際に暮らしている入居者の皆様も、今まで同様にやりたい活動を続けたり、〈ゆうゆうの里〉で、新たにチャレンジしたくなる“何か”を見つけたり、元気であり続けるための体力づくりも楽しみながら実行していらっしやいます。■健康に動ける体を持つこと ■好奇心をわすれないこと ■気軽に人の輪に入ること、この3つこそ、これからの生活を楽しんでいただく秘訣と考えています。老後の安心のもと、今の生活をおもいっきり楽しんでいただく場所です。

「元気付き」ホームに入居して、どんな変化がありましたか？新しい入居者についてみました。

●(74歳男性) 以前に目を悪くした時から、旅行など、何かを止めていくことばかり考えてきたが、〈ゆうゆうの里〉に来てからはプールや詩吟など新たに始めている自分にビックリです。また、食事が本当にうまい！健診の数値も驚いたことに正常値にまで改善！のんびりと気ままに生活してきたし、これからもそうしたいと思っているので、「何もしない自由」という選択肢があるのも嬉しい。よく声をかけてもらえるお蔭だと思いますが、ポジティブになっている自分も、またいい感じです。



詩吟のサークル発表

●(70歳女性) サークル活動や、イベントなどを通じて友人もでき、独居の時よりも、ぐっと会話が増えて嬉しいです！また、運動やプールを始めた効果でしょうか…、膝痛が軽減しました。1年前はプールで15Mしか泳げなかったのに、今では600M泳げるようになったことや、同窓会で、旧友に「姿勢もよくなったし、若返ったみたい」と褒め言葉をもらったことなどから、自分もまだまだ…！と自信が出てきました。体力がついてきたので、フォークダンスもより楽しくなってきました。今春からは、刺繍も新たに始める予定です。



フォークダンスのサークル発表

入居者の自己実現を支援するサービス…心も体も元気でいたい、毎日楽しくやろう！

入居者に聞く『私の夢や希望』

- ・ゴルフのスコアをあげたい
- ・「綺麗なおばあちゃま」を通し続けたいから姿勢にはうんと気を付けています
- ・東京オリンピック観戦に行きたいから、足腰をしっかり鍛えて臨みたい
- ・部屋で今まで同様に論文を書き続けたい
- ・人様のお役に立てることをやり続けたい

入居者の方々に、夢や希望を伺ってみると百人百様です。〈ゆうゆうの里〉で、老後(介護)の安心を手に入れ、今やりたいことや、今から楽しめるものを始めて、楽しんでいただきたい。そのための体力増強支援や、やりたいことをやり続けていただくためのサービスに今後も力を入れ、共に笑い、喜び合える“元気付き”コミュニティを目指してまいります。

入居者インタビュー

「教育（今日行く）と教養（今日、用がある）を実践！」

～時代と共に、自分たちも相応に変わるといいと思う～

・・・大金恭一様（82歳） 大金和枝様（76歳）



●時代と共に、人生観は変わる（変える必要がある）

（恭一様）振り返れば、現役時代は仕事ばかりで、子供のことも妻任せでしたし、妻に外で働かせるのは沽券に係わる…という考えで、「昔の働く男」そのものでした。しかし、時代の変化と共に自分の考え方も変える必要性を強く感じてきていたので、妻に「君もこれからは、家族のお母さんとしてだけではなく、自分の好きなことをしたらいいよ」と本心から言うことができました。妻は驚いたようでしたが、感謝してくれましたし、これでいいんだ！という思いを強くしました。

（和枝様）ずっと自宅で過ごしたいという希望を持つ両親が、年齢を重ねるにつれ心配になり、主人が背中を押してくれたこともあり、1年以上実家に戻り（別居して）介護にあたりました。その間、自宅で最期まで暮らそうという希望を持っていた両親も、考えを変えて「有料老人ホームに入居したい」となり、ホーム入居の手伝いもしました。この経験から、子供が親を看るといふ考えは捨て、自分たちの“これから”は自分たちがしっかりと決めて行動する、自立型ホームで早く安心を得た方がいいねと、夫婦共に心を決めました。自分たちが納得して、子供たちの賛成も得て入居したのが佐倉〈ゆうゆうの里〉です。このお正月も子供や孫たちが来てくれて〈ゆうゆうの里〉で過ごしました。

●教育と教養…「今日行く（ところがある）」と「今日、用（がある）」の実践



予定がいっぱいです！

ずっと元気で、（できるなら）認知症にはなりたくないという夫婦で話しています。ですから、ある講演会で学んだ（表題の通りの）「教育…と教養…」を今も実践しています。自分がやりたいことをやるだけなので、1日24時間では足りないくらい…、だからこそ時代に乗って、電子機器も使いこなせるようにと、パソコンも覚えました。Youtube 視聴はカラオケの練習に、図書予約もパソコンですておけば、必ず借りられます。その図書館に蔵書があるかどうかパソコンで確認できますから、パソコンを早くに覚えておいて良かったと思います。携帯電話は、予定の管理や万歩計としても大活躍。時代に合わせて、新しいことも覚えていくと、やっぱり便利に快適になることがたくさんありますね。始めたいけど…と迷うなら、始めてしまうことにしています。

●恵まれた環境（同好の士がいること）に感謝しています

ゴルフ・ダンス・マーじゃん・コーラスなど、仲間がいなければできないことも、ここ佐倉〈ゆうゆうの里〉には“同好の士”が大勢いることから、すぐに始めることが出来ます。新たなゴルフ仲間ができたので、ゴルフも上手になりたい！（恭一様）。フォークダンスのサークルを立ち上げ、入会者も増えたので、もう少し難易度の高いダンスへ挑戦したい！（和枝様）。夫婦それぞれに楽しんでいます。

〈ゆうゆうの里〉に来たら、もう少しゆったりのんびり暮らすものと思っていたけれど、同年代の仲間が増えて、予想以上に忙しく、愉しく過ごせることが好いですね。

「夫婦で早朝ウォーキング」は20年以上、今でも毎朝続けています。冬は暗いうちから襷（蛍光色）をかけて出かけます。この時間しか、夫婦一緒に歩く時間がないから（笑）。安全・安心・信頼を基準にして入居を決めましたが、信頼はやはり“人”。大金さんと名前を呼び合って付き合える人がいるこの環境、とても気に入っています。



二人でよく歩いています

脳トレ（DS ゲーム）、年間100冊を超える読書、運動、夫婦で早朝ウォーキング等々のお話を伺い、「1日24時間では足りない」というのも納得です。そんな中でも、4級⇒3級⇒（準2級は飛ばして）2級…と、見事に「漢字検定」の合格も勝ち取った恭一様。仲が良く、エネルギッシュなご夫婦のしなやかな生き方、素敵だなと思いました。

シリーズ⑰

もっと知りたい! 『佐倉の街』

⑰ 花を愛でる (花見)・・・今年はチューリップと薔薇を…!


春の花見と言えば、『桜』ですが、佐倉では、桜の季節を過ぎてからも花見の人気のスポットがあります。今年は、『チューリップ:4月』や『薔薇:5月～6月』を觀賞にぜひ佐倉にお越しになりませんか。佐倉の観光スポットにもなっている、2つのスポットをご紹介します。

【佐倉ふるさと広場】 佐倉観光協会 HP: <http://www.sakurashi-kankou.or.jp/>

※レンタル自転車も便利です。



JR 佐倉駅前
京成佐倉駅前の
佐倉観光協会
で貸出しています。



現在、佐倉ふるさと広場では、約 100 品種 67 万球のチューリップが土の中から花開く時を待っています。京成電鉄線の車窓からもキレイに見えますが、現地に足を運んでみると、格別です!

また、印旛沼のほとりの広々とした空間、大空、オランダ風車「リーフデ」を背景に彩豊かに咲きそろう景色に、心癒されることは間違いありません。

※チューリップの掘り取りは 10 本 500 円。好きな品種を自分で選べるそうです。

期間: 2018 年 4 月 4 日 (水) ~ 25 日 (水) 9:00~16:00

場所: 千葉県佐倉市臼井田 2714 佐倉ふるさと広場
※京成佐倉駅北口から期間中は送迎バスあり

※ 開花情報等のお問い合わせ

佐倉観光協会: 043-486-6000

【草ぶえの丘バラ園】 ※~3/31 まで休館です。 草ぶえの丘バラ園 HP: <http://kusabueroses.jp/>



原種やオールド・ローズを中心に 1,050 品種・2,000 株のバラが植えられています。オールド・ローズには、香りの良い品種が多いため、特に春は(春のみの一季咲きのバラも多いので)、素晴らしいバラの香りが漂います。

また『佐倉堀田邸ミステリーローズ』(右記事)と命名された薔薇が今話題になっていて、雑誌「MyGARDEN」No.85(2018 年早春号)の表紙(右下)や「こうほう佐倉」(右上)でも紹介されています。

草ぶえの丘バラ園では、接木して増やした、このミステリーローズがお目見えします。また、約 100 年前にヨーロッパから日本にもたらされたバラ(その後ヨーロッパでは失われてしまう)も咲いています! ファンも多いというこのバラ園に、足を運んでみてはいかがでしょうか。

※草ぶえの丘バラ園は、2014 年にアメリカのグレート ローザリアンズ オブザ ワールド プログラム(The Great Rosarians of the World Program)から殿堂入りバラ園の表彰を受け、平成 27 年には世界バラ会連合から優秀庭園賞を受賞しました。(このダブル受賞は、アジアで唯一です。)

見ごろ: 5 月中旬~6 月上旬

場所: 千葉県佐倉市飯野 820

※京成佐倉駅北口から佐倉市循環バスあり

堀田家廟に息づく世界的貴重品種のバラを育成中
ロマン薫る「佐倉堀田邸ミステリーローズ」

堀田家廟 (佐倉小学校 校そば)には、大きなモミジがあり、毎年5月頃、そのモミジを覆っている巨大なツルバラが落ちていたピンク色の花を咲かせます。

このバラは、堀田家11代当主の堀田正恒 伯爵が、大正時代、に帝國海軍の次官として、ヨーロッパに出張した際、持ち帰ったおみやげの一つであると伝えられています。

佐倉草ぶえの丘バラ園の運営・管理の委託を受けている NPO バラ文化研究所が世

界バラ会連合など、国内外の専門家に調査を依頼したところ、すでにヨーロッパには存在しないものであり、世界的に見ても非常に貴重な品種であることが判明しました。

バラ文化研究所では、このバラの由来から「佐倉堀田邸ミステリーローズ」と命名平成 29 年 5 月)、佐倉草ぶえの丘バラ園で皆さんにご覧いただけるよう、接木し、数を増やしています。

ロマン薫る「佐倉堀田邸ミステリーローズ」が花開く5月が待ち遠しいですね。

問い合わせ 農政課
☎(484) 6141

こうほう佐倉 2017 年 12 月 15 日号より抜粋



※佐倉<ゆうゆうの里>から堀田家廟は徒歩 10 分。現地の「ミステリーローズ」も、ぜひ見たいですね。



堀田家廟のミステリーローズ



ぜひ、ご来里ください

◆バス見学会(日帰り)

■ 東京駅発 ■ 4月24日(火) ・ 5月9日(水)

集合場所 JR東京駅 丸の内口「新丸の内ビル」行幸通り沿い
集合時間 午前9時50分

■ 千葉駅発 ■ 5月29日(火)

集合場所 JR千葉駅 東口 「NTT千葉」前
集合時間 午前10時20分



＜以下共通＞

定員 各日20名様 【要予約】
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

近郊の方は、直接、佐倉〈ゆうゆうの里〉にお越しいただくことも可能です
集 合：佐倉〈ゆうゆうの里〉 午前10時40分 参加費：500円

◆体験入居 お一人様3,000円(夕・朝食付) ゲストルーム利用・要事前予約


〈ゆうゆうの里〉での「暮らし」を1日体験してみませんか。
周辺環境を確かめる、各種サービスやイベントを体験する、お食事、ご入居者との交流等、皆様のご関心・ご希望を伺った上で、スタッフより最適なプランをご提案します。お気軽にご相談ください。

◆個別見学

いつでも見学可能です。ご希望の日時をお知らせください。
ご入居者と同じメニューの食事体験も好評です。(昼食：740円、要予約)
※駐車場があります。お車でお越しの際は、ご予約時にお知らせください。

【実際に個別で見学に来られた方の声】

- ◆個人的に気になること、聞きたいことをゆっくり確認できてよかった。
- ◆駅からはマイクロバスを利用し、アクセスも良く、周辺環境も確認できた。
- ◆レストランで昼食をとりながら、普段の入居者の様子を知ることができた。
- ◆休日に息子と一緒に見学。家族の目線でも確認してもらい、安心・納得してもらえた。

 佐倉〈ゆうゆうの里〉 フリーダイヤル 0120-0272-65 募集係