

# つつじ荘だより

2026年 冬号



穏やかな新年の幕開け、いかがお過ごしでしたでしょうか。つつじ荘の皆さんはお健やかに新しい年の始まりを喜ばれていらっしゃいました。元日の朝は「あけまして…」のご挨拶がダイルーム中に響き、いったい誰に挨拶したかな?となってしまうのですが、お目出たい挨拶ですから何度してもいいですよと、あちらこちらでお辞儀が繰り返されていました。毎年のことではありますが大晦日には「来年もよろしく」とご挨拶をし、数時間後には「今年もよろしく」と丁寧にご挨拶をする日本人の礼儀正しい姿はすごく素敵な光景だ

なと思わずその風景を写真に収めました。今年には丙午の年です。「丙(ひのえ)」は陽の火のエネルギーを象徴し、「午(うま)」もまた火の属性を持つことで、二つが重なる丙午は「天も地も火」という、十干十二支の中でも最も情熱的で激しいエネルギーが巡る年だそうです。そして馬は「人を運ぶ」象徴でもあります。人との交流を増やすことで、運氣も気持ちも上向きです。この年の巡りを味方に付けて、元気に力強く、楽しく、そして心穏やかに、幸せいっぱいのできる1年にしていきたいですね。

# 謹賀新年

謹んで新年のお慶びを申し上げます



施設長  
藤村 慎治

旧年中は、当施設の運営に対しまして、ご利用者の皆さま並びにご家族の皆さまより、温かいご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございました。

さて、本年は午年でございます。馬といえば力強く走る姿が思い浮かびますが、施設が張り切りすぎますと、走る前に息切れしてしまいかねません。そこで本年は、全力疾走ではなく、転ばず、慌てず、確実に前へ進む「ほどよい馬力」で取り組んでまいります。競走馬のような速さはなくとも、寄り道を楽しみながら気がつけばしっかり前進している——そんな一年を皆さまとご一緒につくっていただければと考えております。

本年も、利用者の皆さまが安心してお過ごしいただける環境づくりに努め、ご家族の皆さまに信頼していただける施設運営を心がけてまいります。

どうか今年も、走りすぎず、置いていかれず、みんなそろってゴールを目指せますように。

本年も何卒よろしく願い申し上げます。



生活相談員  
安達麻由子

あけましておめでとうございます  
今年は午年。皆様に安心と安全と  
笑いをお届けできますよう、職員  
一同、うまく連携して参ります！  
皆様といろんなご縁が馬(うま)れて  
素敵な一年になりますように！



介護職員  
福光佳子

あけましておめでとうございます  
今年はずう年。馬は福を運ぶ存在  
とされています。皆様に幸福を  
届けられるように、日々努めて参  
ります。皆様にとって何事もウマ  
くいく一年になりますように。

# 2026



介護職員  
谷岡良美

あけましておめでとうございます  
「一日一前」昨日と同じ一日では  
なく、ほんの少しでも一歩前へ。  
昨日と違う何かを皆様にお届けで  
きるよう努めて参ります。本年も  
何卒よろしく願い申し上げます。



# 季節の行事レポート

## 大正区総合防災訓練に参加

11月9日に行われました大正区総合防災訓練にて無線通信訓練に参加しました。大災害が起こった時には行政の災害対策本部との連携は欠かすことができません。参加した防災委員の職員は緊張しながら無線機を手に取り、使い方や訓練のシナリオに何度も目を通していました。



## 秋のお茶会



秋の気配が深まった11月22日。暖かいデイルームで「秋のお茶会」を楽しんでいただきました。ほのかな酸味が爽やかなみかん大福やコスモスをかたどった上生菓子、定番のおはぎや懐かしい栗入りの田舎まんじゅうも大人気です！秋らしい和菓子を引き立たせるのがまろやかでほろ苦いお抹茶。皆さん「美味しかったわ〜」「もう一服頂戴いたします」とご満悦の表情です。今年は3個ペロッと召し上がられた大の甘党さんや、「2個ぐらい平気やで〜」とニッコリ笑顔で召し上がられる方も…。元気の源はやはり甘味ですね。



## 予防接種完了!!



季節を問わずさまざまな感染が懸念される昨今。つつじ荘ではインフルエンザと新型コロナウイルスの予防接種を皆さまに可能な限り接種していただき、「罹らない」「重症化しない」を目指しています。皆さまに元気にお過ごしいただくため、これからも感染予防に力を入れてまいります。ご協力の程よろしくお願いいたします。

12月22日は、一年で最も昼が短く夜が長〜い「冬至」でした。つつじ荘でも、皆さんに柚子湯を楽しんでいただき無病息災を願いました。新鮮な香り漂う大きな柚子がぷかぷか浮かぶ湯船にゆ〜っくりと浸かれ、心も身体もぽっかぽか。「いい香りしてたよ!」「ぬくもったわあ〜」と笑顔が弾け、今年も風邪をひかずに冬を乗り切れそうですね!

## ゆず湯

冬至



## 頭を柔らかくするプチクイズ 脳トレの泉!?

左右の絵は鏡合わせの絵になっています。間違いを3つ見つけてください!

ちょっと難しいですよ! 集中力と記憶力を鍛えましょう。



参考:【間違い探しクイズ】難しい脳トレゲーム! ちょいムズだけど楽しく脳トレ

# クリスマス会



12月24日に恒例のクリスマス会を開催しました。テイルームは、入居者の皆さんが手作りしてくださったクリスマスカラーの飾りつけが揺れ、和室に**テネン**と積まれたプレゼントの山も相まって、そわそわ&ワクワクしたご様子の皆さん。パーティーが始まって職員手作りのプリンアラモードを召し上がっていただき、さあ!!職員の余興が始まります(笑)。温かい眼差しと手拍子と大笑いでお腹がよじれたあとは、お待ちかねのプレゼント交換会です!サンタに乗った?!職員が皆さんのもとにプレゼントをお届けし「えっ?どうなってるの?」とビックリしながらもまたまた大笑い。クリスマス会は今年も大盛り上がりでした!!



ちょっと、これ、と〜なってるの〜w (爆笑)



暖かベストが当たったよ〜



今年のサンタはすごい力持ち!?!



お揃いみたいなブルゾン当たったよ!!







# 給食レポート

今回は「クリスマスメニュー」と  
「お正月御膳」のレポートです。

クリスマスメニューは、ふんわりオムライス、特大エビフライとチキンの野菜巻、彩り鮮やかなパプリカと玉ねぎのマリネ、ほっこりポタージュスープと“洋食ディナー”をご用意しました。ボリューム満点でしたが完食される方も多かったですよ。

クリスマス会には職員がアレンジしたプリンアラモードも召し上がっていただき、「可愛いらしいね」と喜んでくださいました。



1月1日の昼食は、おせち料理です。お正月飾りとお琴の音色の中、盃にお屠蘇を注ぎ皆さまのご多幸をお祈りして乾杯しました。

お正月御膳は、赤飯、ぶりの照り焼き、祝肴、煮しめ、伊達巻、かまぼこなどお正月らしいメニューと白味噌のお雑煮をご用意しました。晴れやかなおせち料理と温かいお雑煮を、皆さま、ゆっくりと味わっておられました。おせち料理は新年の豊作、健康、家族の繁栄を願う日本の伝統的なお祝い料理です。今年も皆さまが健康で、素晴らしい一年になりますように。



脳トレの泉!?

解答


細かな所も見逃さないで。小さな違いに気付きましたか?



# これからの予定 ~冬から初夏~

感染症蔓延予防・防止のため、いくつかの合同行事等の開催を見合わせています。ご了承ください。

2月  
節分 豆まき会  
つつじ荘懇談会  
バレンタインカフェ



3月  
雛祭り 甘酒の会




4月  
観桜会



5月  
端午の節句 菖蒲湯  
開設記念パーティー




6月  
つつじ荘懇談会  
水無月茶会



上記の他に第1・3土曜日には「大正琴サークル」、第2・4土曜日には「認知症予防体操サークル」、毎月末には「お誕生日会」があります。毎月の詳細は行事予定表をテイルームに掲示いたします。ご不明な点は職員までお尋ねください。皆様からのエッセイや俳句などのご投稿もお待ちしております。

## ボランティア募集中

カラオケや手芸のサークル活動や喫茶などボランティアで来ていただける方を募集しています。入居者の皆さんに優しくご指導いただける方や、楽しい時間を一緒に過ごしていただける方をお待ちしております。詳しくはつつじ荘職員までお問い合わせください。(休止中)

季刊誌 つつじ荘だより 【No. 56 冬号】

2026年1月 日 発行

2012年4月 創刊

発行所 〒551-0032 大阪市大正区北村 3-5-10 Tel 06(6552)8070 Fax 06(6552)8087

<https://izuo-tutujisou.jp>



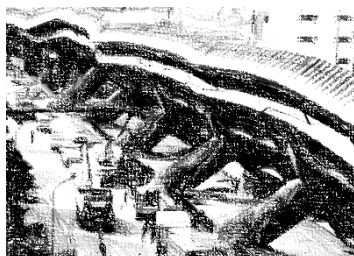
社会福祉法人 恩賜財団 大阪府済生会 軽費老人ホーム ケアハウスつつじ荘

◇発行人 藤村 慎治



### ◆編集後記◆

先日、休みの日だったのに5時ごろからなんとなく目が覚めて、眠れません。なんでかなと思いましたが無理に寝なくても良いか…とスマホをのぞきながらゴロゴロしていました。そんな私の目に飛び込んできたのは、『阪神淡路大震災から31年。』そうだこの時間、すごい揺れが起こって…。倒壊した建物と広がっていく火事、約600mにもわたって横倒しになった高速道路をテレビで見っていました。私は19歳。大阪に住む私のまわりは特に大きな被害もなかったのですが、学校が尼崎だったので、友達の寮も全壊、先輩の家も焼失、お世話にな



った実習先も全壊と信じられない惨状を知るたび胸が締め付けられました。31年経って、私は今「南海トラフ巨大地震」に備えるべく、防災について学んでいます。あの時見た惨状がいつこの大正の街を、つつじ荘を襲うかもしれない。肩を寄せ合って避難し、助け合っていた人々のように辛い日々が来るかもしれない。それは明日かもしれない…。だから私は、有事の時にしっかり動ける、判断できる、それを支える知識と経験をもっと身に付けなくてはと改めて思いました。私の深層心理がこの思いを決して忘れないように、1月17日の朝、起きなさいと警鐘を鳴らしてくれたのかもしれない。(A)