

小多機アウル通信



Small scale multifunctional in-home care
小規模多機能型居宅介護
アウル

6.1 発行第 53 号

季節の壁紙作り

今月は桜の壁紙作成を行いました
桜の枝は毛糸で作り、桜の花びらは
一枚ずつ丁寧に切り貼りされました



お花見

みらい館にお花見に
出かけました
コロナ感染予防に
配慮して楽しみました



HAPPY
Mother's Day

手作りのカーネーションを送らせていただきました
とても素敵な笑顔です



Happy
Mother's
Day



『逆らわないで生きることのススメ』

アウルのホームページに、新しいコーナー「Naoさんのふと言」を作っていただきました。個人のFacebook（フェイスブック）に、「ふと言」と題しまして、その時思った事や浮かんできた言葉などを投稿しています。この「ふと言」が、どなたかへの癒しに繋がれば幸いと想い、アウルのホームページでも共有することにしました。

今回は、その中の一つをご紹介します。

『逆らわないで生きることのススメ』

疲れたら素直に寝ることです。お腹減ったら夜中でも食べることです。

汗かいたら夜中でもお風呂にはいることです。思ったとおりに生きることです。

誰に遠慮もいりません。生まれてくるのもひとり、死んでゆく時もひとりなんですから。

そうやって自分の声に逆らわないことが生きるということではないでしょうか

とても当たり前なことばかりですが、人間はどうしても頑張ってしまう。頑張ることは良いことと生きてみると、頑張らないことは悪いことと単純に判断したり、されたりしてしまいます。本当にそうでしょうか？時には、頑張らない勇気も欲しいものです。それには、自分の身体の声なき声に耳を傾ける心の余裕がとても大切になってくると思います。

ぜひ、ご自身（心）をご自愛下さい。

感謝

アウル 宮崎直人

現在予定している行事

誕生日会…誕生日の利用者様を皆様でお祝いします
壁紙作り…その季節に合った壁紙作りを行います