

アウル通信



2021 6 1発行第 206号

『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

とても当たり前のことばかりですが、人間はどうしても頑張ってしまう。頑張ることとは良いことと生きていると、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

～お知らせ～

ワクチン接種がはじまりました。
接種を希望された入居者様とスタッフの
接種がはじまり、6月末に2回目がい
終了する予定です。

今月の出来事

- ・母の日
- ・お誕生日
- ・ドライブ
- ・ワクチン接種

編集後記

あたにかい日が増えて
ぎく、ドライブが楽しい時期
来月も、大きな車で
ドライブ行きたいですね。

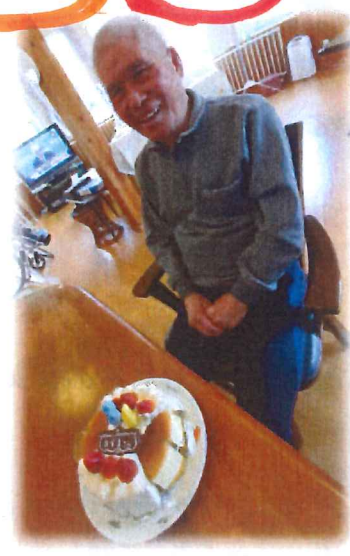
入居のご相談について

ご家族が「もしかしたら認知症かも？」
グループホームに入居したい
グループホームを見てみたい、などなど
気軽にご相談、ご見学ください。
また、今入居されている方のご家族の皆様も
生活の相談など、気軽に声をかけてください。

担当窓口 宮崎

発行責任者 宮崎直人

ご飯、家事、運動、おやつ、お昼寝、お祝い、お話し、ケーキも、皆で一緒!!



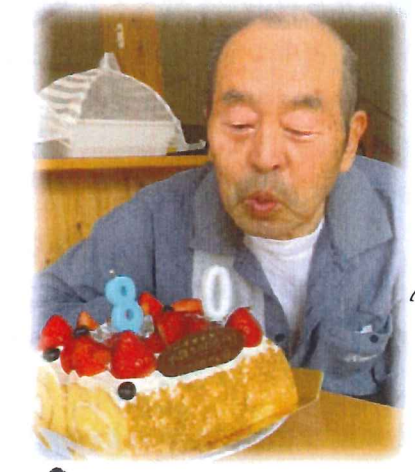
洗濯物干し&たたみ
アウル館の
日常生活



00のビーズ
00のステッカー
🎂



アウルの母たち



新鮮な魚がくると!!



おいしくいただきました!



母の日
いつもありがとう

皆さんいい笑顔

