

# デイサービス ひろがりサロン

第1号

発行日 : 2006年7月10日  
発行者 : デイサービスひろがりサロン  
責任者 : 黒木まち子  
連絡先 : 045-962-0603  
活動場所: 横浜市鴨志田地域ケアプラザ  
2階 多目的ホール  
活動日 : 月曜日(第3月曜を除く)

## なぜボランティア?

黒木まち子

仕事で挫折していた時出会ったデイサービスのボランティア、利用者さんの笑顔とありがとうという言葉に癒され、元気になりました。まさに、ボランティアセラピーです。

そして、さらにボランティアでデイサービスをやる意義を、深く考えるきっかけになつた仲間の、こんな言葉でした。

「デイの中心は利用者さんだよ」

鴨志田に地域ケアプラザが出来たことで、ここを拠点にボランティア活動ができるといなと思いました。近くに住む者どうし助け合えたら一番自然です。向こう三軒両隣、支えあうのが地域福祉の原点なのかもしれないけど、地縁関係の希薄な地域では、無理なこともあるし、デイサービスを支えたいのきっかけにするのもよいことだと思います。

ボランティアによる運営であれば、スタッフどうしの関係作りがまず一番と、ずっと思つていました。あらためてそんなこと言わなくともスタッフもめごとが嫌いな私は、制度やルールに安易に依存しようとしまいそうになります。

自分に問い合わせます。

それでなお、ボランティアにこだわるのは、さまざまなもの変化や要望に、柔軟に対応できるのが、制度にとらわれないボランティアによるデイだからです。高齢になった時、障害と付き合うことになつた時、ひろがりサロンに行ってみようか、と思えるデイにしていきた

でも、誰のためのデイ?と立ち止まって考えてみると、この言葉が、ズシーンと返ってくるのです。



## 利用案内

- ♪ 活動日時 月曜日(第3週を除く) 10時~15時30分
- ♪ 対象 見守りを必要とする方(年齢制限なし)
- ♪ 料金 利用料 800円  
食事 500円(昼食・おやつ)
- ♪ プログラム 体操・ゲーム・昼食会・散歩・季節行事
- ♪ その他 介護保険とは関係なく利用できます

お休みのお知らせ

2006年7月~2007年3月	
7月17日	11月20日
8月14日, 21日	12月18日
9月18日	1月1日, 15日
10月16日	2月19日
3月19日	

## ひろがりサロンの一日

松浦美紗子

青葉区寺家ふるさと村に隣接する住宅街の中にある鴨志田地域ケアプラザで、二〇〇六年二月十三日に誕生した、「デイサービスひろがりサロン」のある一日。

九時半頃より利用者の皆さんのが家族や送迎スタッフと共に笑顔で到着される。エレベーターを横目に、出来るだけ階段で二階へ。

部屋に入る前「ちらつ」とキツチンを覗くと心地よい包丁の音と鰯だしのいいにおい。小テーブルを囲んで座り、連絡帳をお預かりし、お茶で一息ついたところで、血圧測定です。テーブルにはボランティアの畠から届いた花・花。一周間振りのおしゃべりで盛りあがります。

十一時、テーブルを取り除き円形に並んだ椅子での体操。座ったまま声を出しながら、首肩、手、腰、足へと時間をかけてほぐしてゆく。

九時半頃より利用者の皆さんのが家族や送迎スタッフと共に笑顔で到着される。エレベーターを横目に、出来るだけ階段で二階へ。

部屋に入る前「ちらつ」とキツチンを覗くと心地よい包丁の音と鰯だしのいいにおい。小テーブルを囲んで座り、連絡帳をお預かりし、お茶で一息ついたところで、血圧測定です。テーブルにはボランティアの畠から届いた花・花。一周間振りのおしゃべりで盛りあがります。

十一時、テーブルを取り除き円形に並んだ椅子での体操。座ったまま声を出しながら、首肩、手、腰、足へと時間をかけ



体があたたまつたところでベンチサッカー。椅子を横に長く向かい合わせに並べ、両端のゴール目がけてキックオフ。ボールを取りこむ人、相手の足をけん制する人。この面白さは、やつてみないとわかりません。

十二時、昼食。料理大好きスタッフ作(おにぎり、鮭の香草焼き、サラダ・豚汁・フルーツ)の献立に舌鼓打ちながらも賑やかなこと!みんなで食べる

と「おいしい!おいしい」午後は、散歩が最優先。地域の赤ちゃんや小学生との出会いも楽しみです。

スタッフは、四十年代から七十年代から八十年代の男性女性二名ずつで、高齢の方一人、パークインソン等中途障害の方が三人です。

スタッフは、四十年代から七十年代から八十年代の男性女性二名ずつで、高齢の方一人、パークインソン等中途障害の方が三人です。

ホームページは「ひろがりサロン」で検索できます。



### ひろがりサロン概要

六月現在の利用者さんは、五十年代から八十年代の男性女性二名ずつで、高齢の方一人、パークインソン等中途障害の方が三人です。

スタッフは、四十年代から七十年代から八十年代の男性女性二名ずつで、高齢の方一人、パークインソン等中途障害の方が三人です。

# 今日のおかずは何？

川上ちえ

「わあ、大変もうこんな時間。急げ、急げ」私たちキッチンを預かる者にとって午前中の三時間は、バタバタと忙しく過ぎて行きます。

お米を研ぐ人、野菜を洗う人、蕗を茹でる人、それぞれ手分けをして始まります。

厨房スタッフ四人で、十六食から二十食程の昼食とおやつを作っています。

みんなベテラン主婦、夫？揃いですでの、仕事の要領も良く、アイデアも豊富。例えば、厚焼き玉子の切り方一工夫で、ハート型の盛り付けになったり、ミントの葉を、デザートのスプーン置きに使つてみたり、なるほどね、と思う事が次々と。

献立は、旬の食材を使って季節感を盛り合わせ、できるだけ手作りを心掛けています。  
時々、「今、何作っているの？  
良いにおいがしてきたよ。」と

厨房に吸い寄せられて来る人がいますが、これがまたいいんですよね。

食という字は、人を良くする

と書くと言いますが、ああいにおい、美味しい、懐かしい味、と感じる事が、全身の機能を高め、元気にしてくれるそうです。

午前中、体を動かしたり、おしゃべりをした後、程よくお腹がすいて来たところで、お昼ご飯です。

大勢で囲む食卓は、なごやかで食も進みます。食事中の話題が、次週のメニューになつたりもします。「アシタバはどのようにして食べるんですか？」  
「天ぷらが美味しい」。早速、野草の天ぷらをすることにしました。

当日、アシタバの若い芽を持つてきていただきたり、他にも、ツユクサ、お茶の葉など、何種類かの野草を味わいました。



**利用者さんも  
スタッフも楽しく  
元気に！**

稲積みどり

鴨志田ケアプラザで二名の方をお迎えして「ひろがりサロン」のデイサービスが始まつて5ヶ月になりました。地域ケア

「地域住民によるデイサービ

ス」作りの話し合いが持たれていたそうですが、私は昨年九月から参加しました。青葉区地域福祉保健計画協働事業に参画するために夜、ケアプラザに集

るため、毎回、名前を考えたり、どのようなデイケアにするのかなど

デイサービスについて先輩方の話を聞きながら「サロン」は

家庭とは違う場に参加してお互いに楽しさや元気をもらえる所のように感じました。

協働事業参画が決まりスタッ

フ募集について話し合い、ち

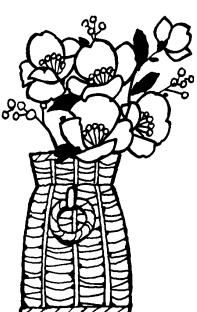
らし作り。そして十月十七日の説明会には多くの方が参加し

てくれました。大半が鴨志田地区の方々で、五名の男性スタッフは心強い存在です。毎回

季節の花を提供して下さる池本さんやハーモニカ演奏で懐かしい歌の伴奏をして下さる谷野(やとの)さんに感謝です。

今では四名に増えた利用者

さんと共に、これからも楽しく元気になれる「ひろがりサロン」にしていきましょう！



## お友達になりましょう

井口 雄憲

おはようございます！

朝の笑顔は、今日一日をさわやかな気持ちしてくれます。月曜日は心待ちの日なのです。

「ひろがりサロン」は、十時からです。

お部屋のテーブルには、いつも季節のお花がいっぱい飾られています。

花の香りに包まれて、明るく、楽しく過ごします。

五月下旬、久し振りの好天に、お昼から「寺家ふるさと村」へ散歩に出かけました。

田水が張られ、田植えも所々で始まっていました。そよ風に、苗がゆれていきました。

里山の風景が、田水に映えて、新緑に包まれていました。

外出される機会が少ないこの様子は、とてもすがすがしい表情をされていました。スタッ

フも、のどかなひとときと元気を一緒にもらいました。

散歩から帰つて「おやつ」をいただき、ハーモニカの伴奏で歌のひととき。そのうちにもう三時半です。では、「ふるさと」を合唱して、お開きにしましょう。

「今日も楽しかったね」「ハイ、お花。お家で飾つてね。」「また来週ね、待つてますよ。

帰られるとき、笑顔がとても素敵でした。

「お元気でね、お大事にね。さようなら。」

鴨志田地域は、自然に恵まれた緑豊かな環境にあります。

この街で、一人でも多くのお友達と喜びや元気を分かち合いまい、友愛の輪がひろがればいいなと思います。

「幸せは、歩いて来ない。だから、歩いて行くんだよ。」さあ、まず一步からです。

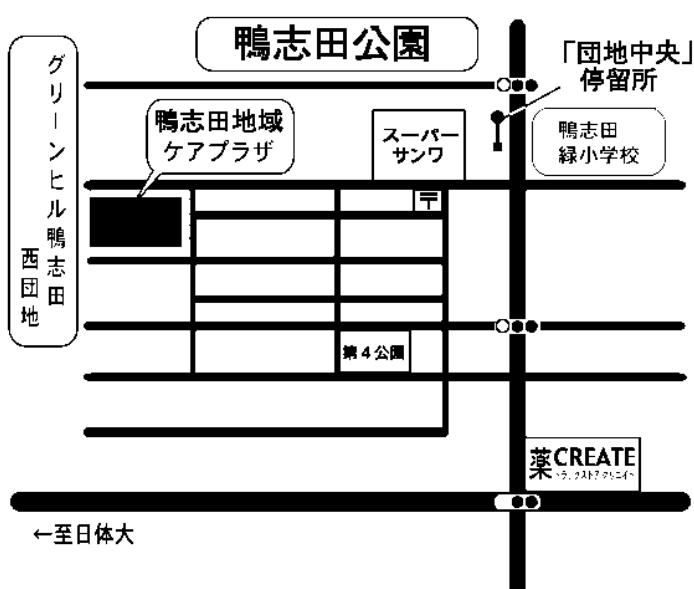
「ひろがりサロン」で楽しい仲間と「お友達になりましたよう。」

ホームページ は次のところにあります。

[http://www.geocities.jp/hirogari\\_salon/index.html](http://www.geocities.jp/hirogari_salon/index.html)

[http://aoba-portal.net/group/hirogari\\_salon/index.html](http://aoba-portal.net/group/hirogari_salon/index.html)

Google なら「ひろがりサロン」で検索出来ます。



### \* \* 編集後記 \* \*

\* 会報「ひろがりサロン」一号を何とか届けることが出来ました。これは利用者とスタッフ皆さんのおかげです。活動を始めて五ヶ月があとという間にすぎました。スタッフのパワフルな活動にいつも感心している編集子です。利用者がいなかたらどうしようなど考えていたのが夢のようです。

(高山)