

デイサービス ひろがりサロン

第2号

発行日：2007年3月26日

発行回数：年2回発行

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)

今日のお昼ご飯は 何ですか？

高原博子

私は、月曜日の昼食は「ひろがりサロン」でいただいています。おいしくて、栄養たっぷり、愛情たっぷり。なんと言つても

私達ベテランシェフ？が考えたメニューですか。

「これ、どうやつてつくるの？」あら、おいしそう！」

厨房の中は、ワイワイ、バタバタ。子供の話や、おいしいお店の話など、井戸端会議をしながらそれぞれのお得意料理に腕を振ります。

「おいしいね。」と言ってにっこりされると、うれしくなります。

この「ひろがり」、うれしい！楽しい！など、心を動かされること少なくなつてきました。うれしい、楽しいの輪が、「ひろがり」の仲間から、人生の先輩まで。家族からお隣さんへ、地域へと少しずつ広がつて行くといいなと思っています。

私が「ひろがり」のお手伝いをする様になつたのは、スーパーの野菜売り場の立ち話からなのです。

あなたもちょっと覗きにきてみませんか？



さあ、春です 散歩に行きましょう

木村
孝

朝、今日も晴れてよい天気、何か得をした気持ちになります。ここ「ひろがりサロン」は環境に恵まれたとてもよい場所にあります。

ふくらはぎの筋肉は静脈の血液を心臓に戻すポンプのような役割をしているそうです。良いお天気の散歩は気分を爽快にしてくれます。私も歩きます、いつまでも元気で過ごせるようになります。

楽しいお昼ご飯をゆっくり食べて、もう一時、誰からとも無く「今日はよいお天気、散歩に行きましょう」「さあみんなで散歩に行きましょう。」



お話をしながら歩いていると、どこからともなく花のよい香り、やがて、ひばりや鶯の声も聞こえてくるでしょう。思っただけでも心がうきうきします。

ひろがりサロントに参加して

森川 花穂

私が高校三年生の昨秋、国語の授業で八千字程度のミニ卒論を書く課題が出来ました。最初は「ザザエさん」をテーマにと考えたのですが、考えがうまく纏まらず、悩んでいました。そこで「ひろがり」でキッチンの手伝いをしている母が『「ひろがり」に行つてみる?』と、声を掛けてくれたのです。私としては、渡りに舟で、十月九日に参加させてもらいました。

その日は注文していたユニバーサル食器がちょうど届いて、それを二階へ運ぶのが私の初仕事でした。私もテープルに並べた食器をデジカメでパチリ。

ミニティングで自己紹介をし、スタッフの皆さんに温かく迎えてもらいました。まず、一階に下りて利用者さんのお迎えです。その時、スタッフの方から「わかつてていると思うけど、利用者さんに対する友達のよ

うな言葉を使わないでね」と言いました。その後も、私は何をして良いか戸惑い、スタッフの周りをウロウロ。自ら行動を起こすのは難しくスタッフの人が気を遣つて声を掛けてくれました。ベンチサッカーでは、利用者さん全員が楽しめるように配慮を忘れませんでした。

そしてあつという間にお昼になりました。配膳のお手伝いです。

利用者さんお一人の「いただきます」の声に続いて皆で「いただきます!」私は自分自身が食べることに専念してはいけないと思い、あたりをキヨロキヨロ。かといって、何をして良い

やらわかりません。スタッフの皆さんは、料理を話題にしながらさりげなく気を配る自然体でした。

午後のお散歩では、車椅子を押させてもらいました。もちろん初体验です。乗つていただきたのは女性で、何度も「ありがとうございます」と言う仕草をされるのです。こちらこそ、「ありがとうございます」という気持ちになりました。

そして、帰りは途中失明の利用者さんに対する友達のよ



* 花穂さんは鴨志田在住
* 一日だけの参加で
この感性!すごいの
一言です。

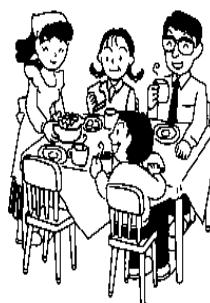
このミニ卒論ではボランティアの由来や歴史、ボランティア活動の沿革についても調べましたが、学校であつた中間の口頭発表では、実際に体験してきた事を述べた点を評価してもらいました。まさしく「百聞は

一見にしかず」です。

私がスタッフの方から聞いたことで心に残った話があります。「スタッフは、利用者さんの会話の端々から利用者さんの求めているものを、何気なく感じ取り、それを何気なくして差し上げたい。やつてあげているのだと言う善意の押し売り

用者さんを送る手伝いをしました。私の肩にその方の手をのせてもらい、誘導しながら歩くのですが、いつもと違ったところが・。これも初体験です。自宅まで何とか無事送り届け、重い歩き方になつている気責から解放されホッとしました。

さて、私の国語の課題はお蔭様で単位が取れまして、卒業となりました。この会報が皆さんに届く頃には大学生になつているはずです。また、チャンスがありましたら、「ひろがりサロン」の優しい空間にお邪魔したいと思います。最後になりましたが、スタッフのKさん、色々相談に乗つていただき、ありがとうございました。



地球は丸かつた (その一)

高山 好主

「三ヶ月程お休みします！」

と言つて昨年の十一月にピースポートの地球一周の船旅に出かけました。

船の中でボランティア活動が出来るかな？と思つていましたが何も行つことが出来ませんでした。しかし、体が不由な人も乗つていてそれなりに楽しんでいる様子なのでその一部をお知らせします。

船の旅は港に停泊している時にオプショナルツアードでここかに遊びなどに出かけるか又は自由に計画して出かけるか選べます。そのオプショナルツアード「ゆつたりコース」として足に自信のない方、ハンデキヤップのある方でも気軽に参加できるように徒步での移動距離を通常より少なくしたコースが設定されていました。

そのコースに参加して最初に出会つた人は「杖をついてゆ

つくり歩けるけれども長い時間歩くのは大変だ。」と言う方でした。ご主人が携帯用の車椅子を持参していて時々それを使用していました。

船の中は有る程度は車椅子でも利用できる様になつています。階段のところにはエレベーターがあり、車椅子用のトイレもあります。しかし、エレベーターは海が荒れて揺れるときは使用禁止になるので注意が必要です。もっとも、そのような時は誰だつてまつすぐ歩けないであちらによろよろこちらによろよろとなります。



利用案内

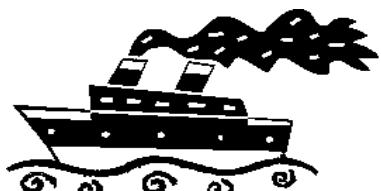
活動日時 月曜日(第3週を除く) 10時~15時30分

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



2007年度活動日

2007 / 4 / 2 , 9 , 23 (4/23は1周年のイベント)	2007 / 10 / 1 , 8(体育の日), 22 , 29
2007 / 5 / 7 , 14 , 28	2007 / 11 / 5 , 12 , 26
2007 / 6 / 4 , 11 , 25	2008 / 1 / 7 , 14(成人の日), 28
2007 / 7 / 2 , 9 , 23	2008 / 2 / 4 , 11(建国記念の日), 25
2007 / 8 / 6 , 27	2008 / 3 / 3 , 10 , 24 , 31
2007 / 9 / 3 , 10 , 24(振替休日)	

ちよついじ一年

藤平 洋子

自治会の回覧板のスタッフ募集がきっかけで知った「ひろがりサロン」。主人の病気のことなどで、いろいろな人のお世話になり、これから自分も人の世話になる事がいっぱい。元気なうちに積立貯金を、そんな思いで、月一回くらいしか行けないけれど良いのかなと軽い気持ちで参加しました。

そうしたら、いるいる、皆一生懸命だけれど自然体で労力を惜しまない人々。毎回、美味しい昼食におやつ、部屋の準備に片付け、お手製の手芸用品に、季節の行事のためのアイデア、クリスマスにはスタッフのお母様の手編みの手袋を私達にまで戴きました。

温かいのです。
いつもお花を届けてくださる方がいたり感謝です。



私は「は～い～おっは～！」なんてそんな気持ちで朝、参加します。サロン＝談話室と解釈して、私もその時間楽しもう？と思っています。につこり笑つて「おはようございま～す。」と入つて来られる利用者さんを見ると、主人と言い争つて家を出てきたことも、すっかり忘れてしまふのです。

利用者さんは人生の先輩ばかり、筆談の時に漢字が出てこなかつたり、歴史の話についていけなかつたり、自分の知識の無さを実感します。昔話に花が咲き、サッカーゲームでむきになつてボール（軟らかい）を蹴つている時、いいなあ～と思いつます。

もうすぐ春です。みんなで桜を見に鴨志田公園へ出掛けましょう。

早く暖かくな～れ！

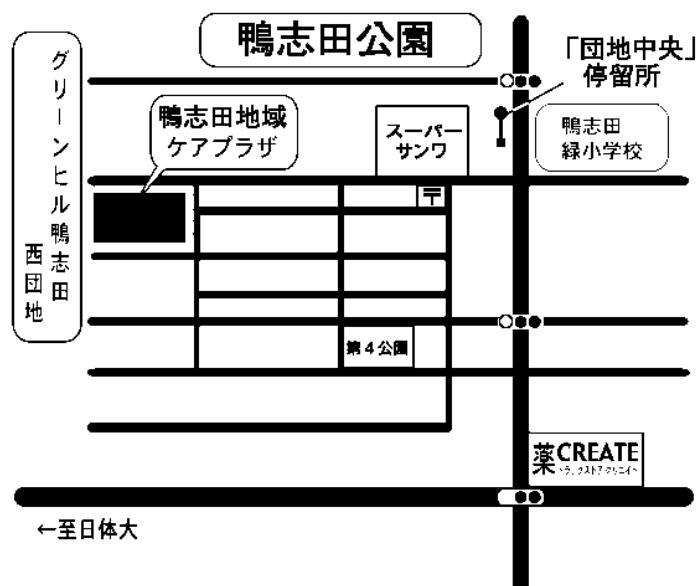


ホームページは次のところにあります。

http://www.geocities.jp/hirogari_salon/index.html

http://aoba_portal.net/group/hirogari_salon/index.html

Googleで「ひろがりサロン」と検索すると出ます。



* * 編集後記 * *

* 会報「ひろがりサロン」一冊を届けます。皆さんのおかげで出来ました。

* 一年はあつと/or間にたつてしましました。少しは進歩があつたでしょ？

* 原稿を送るときメールで送つてもうつと
入力間違いなど無くて助かります。
本ホームページの連絡先で届きます。

(高山)