

# デイサービス ひろがりサロン

第4号

発行日：2008年1月28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）

☆温暖化は地球より

人の心の中だけに☆

若尾保恵

私の何人かの友達はもう前から自分の地域で「ミニデイサービス」のスタッフをやっています。私がお手伝いに行つた日はイベントの日だったらしく、凝ったお料理の製作、寄附された食器類（食器とか野菜の寄附とかが有り、助かっていたようです。）の洗浄と、大忙しでした。緊張していながらしてしまいました。今考えると気楽にゆつたりとした気持ちで、出来る事だけすればよかつたと思います。他にも本や新聞をテープに吹き込み定期的に発送するボランティアのサークルの見学に行きました。静かな部屋で録音しなければならないので（前住んでいた私の部屋は騒音が有った）駄目でした。バ

リアフリー研究会（年を取ると転びやすくなる）もために成りましたが、活動の曜日が合いませんでした。そうこうしている内に、同居している母が脳内出血で倒れました。しかしリハビリのおかげで後遺症が少なくて済み母の体が定期に入つた頃、「ひろがりサロン、スタッフ募集」のチラシが郵便ポストに入つてきました。今度は肩に力を入れず、私の出来る範囲内でもやつてみようと参加した次第です。人間いつかは体が不自由になつて、それが早いか遅いかの問題です。

私は今まで、大病を何回もし、沢山の愛情を貰い生きています。健康な人が不自由な人を、不自由な人がもつと不自由な人を支えあう。順送りですね。生活していく上で過ごしやすい環境を作りあげていく。それには情報交換が大切（噂話でなく）。困っているのを見てみぬふりしな

い人、少しのお節介心を持つ人が助け合う地域を作り出します。

ひろがりサロンで輪が広がります。暖かい心の人達の地域に成る事を望んでいます。労働力の寄附、お金の寄附、等等、宜しくお願ひします。勿論スタッフに成つて頂きたいですね。「何か出来登録しておいて下さるとうれしいですね。善意の手はいくらあってもありがたいです。

ひろがりサロンは「よこはまふれあい助成金」と「共同募金の配分金」を受給して活動をしています。

皆さんの協力に感謝します。

# ▲樂しい

## ひととき▼

若松妙子

十月から「ひろがりサロン」に参加し、毎回楽しく過ごしています。キッチンからの楽しそうな笑い声と共に、お昼のメニューに心ワクワクしながらの体操。皆さんの思いは同じです。ゆつたりした時間の流れの中で、利用者さんとスタッフとの交流は其々、様々です。私自身もなぜか、吸い込まれるように、すっと入れた感じです。時には課題に悩みますが、「そんな日もあるよ・・・」と応えてくれる仲間に、「そうだった、抱え込むことはないんだ・・・」と、元気がもらえたり、助けられています。

介護保険制度は画期的なシステムであり、世界からも注目さ

れていると聞きます。問題は残りますが、身近な現実の問題は皆で少しでも協力し合い繋がりを深めることからはじめませんか？

こうした交流が、社会資源になつていくと思うのです。誰かと話したいな、聞いて欲しいな

という気持ちが誰にもあり、気さくに語れる場、がひろがりの役目と考えています。私達1人ひとりが繋がりの資源であり、お互い様ですから・・・と思えることがボランティアの冥利かと思っています。

私は、鴨志田へ少し遠い所から通っていますが、この地域のふるさと村の風景に、郷愁を感じ、時々散歩することもあります。ご縁あって「ひろがりサロン」に参加でき、嬉しい次第です。

暖かくなつたら、利用者の方ともご一緒に散策したり、食事したり・・・と・楽しみがいつ

ぱいです。「ひろがりサロン」の理念を大切に、私自身のひろがりを求めていきたいと思います。

特技はありませんが、お話ししたり聞くことは大好きです。今年もよろしくお願い致します！



## 利 用 案 内

活動日時	月曜日(第3週を除く)10時~15時30分
活動場所	横浜市鴨志田地域ケアプラザ
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

## 活 動 予 定

2008/2/4, 11, 25  
2008/3/3, 10, 24, 31

## 利 用 者 ・ スタッフ 概要

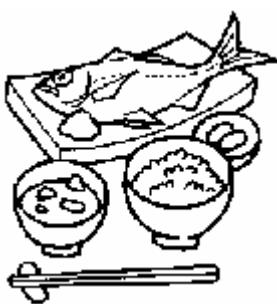
利用者 10名(男性3名 女性7名)  
スタッフ 19名(男性3名 女性16名)

## 「ひろがり」は

### 楽しいお料理教室

星野由美子

私は、キッチンを担当させてもらつてますが、なかなか参加することができないので、レギュラーの方に殆ど任せっぱなしです。キッチンの仕事は、料理をするだけでなく、旬の食材を使い、季節にあわせたものや、利用者さんのリクエストによる献立を予算内で考え、大量の食材を買出しもする。それはとても大変な事だと思います。感謝、感謝！頭が下がります。



作るのが、楽しいのですが）また、家では殆ど目分量で作つてお口に合うものが作れたかどうかいつも心配になります。そんな時、利用者さんやスタッフの方に「おいしい」と言ってもらうとホッとします。

ひろがりサロンで作るメニューは、作ったことのないものが多く登場するので、我が家の中卓に上る事もしばしば：楽しいおしゃべりをしながら、リッチなランチを食べられ、レパートリーも増える。まるで、お料理教室に来ているようで、最高です。

こらからも、皆さんに喜んでいただけるように、おいしい昼食を作つていきたいと思います。

## 地球は丸かつた (その三)

高山 好主

「二ヶ月程お休みします！」  
と言つてピースボートの地球一周の船旅に出かけたのはもう一年三ヶ月も前になります。

### リビア入国

リビアは地中海のアフリカ側の国ですがアラブ国家です。入国審査時に、リビアの検査官が各部屋を検査してイスラエル関連の品物や、イスラムの教えに違反することが無いかどうかチェックすることがあるそうです。

このため、リビア入国直前に「イスラエルの関連品は各自のロッカーにしまい扉を閉めること。又、酒類は特別鍵の掛かる保管庫にしまうので船内の受付まで持つてくるように」との通達がありました。船の中には世界地図があつて各国の国旗が描かれているので、当然イスラエルの国旗もあります。ここにはリビ

ヤに入港してから出港するまでの間はイスラエルの国旗のところにシールが張られていました。こんな所にも世界情勢の影響があるのかとびっくりした次第です。

### 風力発電

今回の旅で幾つかの国で風力発電を行つてきました。スペイン、カナリア諸島、サンフランシスコなど一つ二つの風車でなく、数え切れないほどの風車がありました。デモストレーションで「温暖化対策を行つています」と言つたものでなく実際の電力供給の一部になつてているようです。

す。

このほか船旅ならではのいろんなことがありますましたが今回の手記はこれで終わりにします。皆さんも船の旅を味わつて見てください。

（完）

# 私にできること

菅野ちづ子

私事ですが昨年の四月、母が亡くなりました。脳梗塞で倒れて八ヶ月、八十八歳でした。父は九十二歳で健在です。田舎(宮城県)で兄夫婦と暮らしていますが、自分の事は自分で出来、畠仕事もしていて介護保険の世話にはなっていません。

母も脳梗塞で倒れる前は、家

事もし、旅行などに出かけたりしていました。倒れてから、沢山の方々にお世話になりました。私自身は、両親の事は兄夫婦に全て任せきりです。

人々の為にある「ひろがりサロン」はそんな  
と思います。

いつも花いっぱい利用者さんもスタッフも笑顔の絶えない暖かい雰囲気があります。私もスタッフの一人として参加させてもらっています。私がここで今までしてきたことは何か?と改めて考えると「体操の合いの手だけか・・・。後は利用者さんとスタッフに色々おしえられることばかり・・・。

これからもきっとこの調子で  
すがよろしくお願いします。



ホームページは次のところにあります。  
[http://www.geocities.jp/hirogari\\_salon/](http://www.geocities.jp/hirogari_salon/)  
[http://aoba-portal.net/group/hirogari\\_salon/](http://aoba-portal.net/group/hirogari_salon/)  
Googleで「ひろがりサロン」で検索できます。

＊ ＊ ＊ ＊ ＊

＊ 今年は子年。子年は十二支の最初の年です。  
初心を忘れずにティサービス活動をしましょう。

＊ 昨年の今頃はハワイでダイヤモンドヘッドが  
火山の火口で、昔の軍事拠点であることを知つて  
びっくりしていました。

＊ 会報「ひろがりサロン」四号を届けます。  
皆さんの協力を感謝します。

＊＊ 編集後記 ＊＊

(高田)

