

# デイサービス ひろがりナリ

第8号

発行日：2010年7月31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：藤平 洋子

連絡先：045-962-2226

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

——活動概要——

活動日時 月曜日 10時～15時30分

料金 利用料 800円

その他 食事 500円（昼食・おやつ）

介護保険とは関係なく利用できます

ありがとうございます

藤平 洋子

はてさて右も左も分からぬまま代表を引き継ぎ、ひろがりの運営が滞らないことだけを念頭に一年が過ぎました。年間行事も日々の過ごし方もエンストしながら、先輩たちの敷いたレールの上を走ってきました。本当に皆さんのが参加したいサロンだろうか？皆は、言いたいこともしたいことも、ちゃんと声に出して言えているでしようか？自問しながらも、皆さんの思いやりと気遣い、支えあいのお陰でやつてこられました。

ひろがりに参加して初めて、デイサービスというものを知りました。施設のデイサービスは理解できるのですが、私たち資格のないものがワイワイ、ガヤガヤ気持ちだけでやっていることをサービスと言えるのでしょ

うか？私自身は何か腑に落ちないので、腑に落ちる人もいます。呼び方などどちらでも良いです。

参加者の障がいいろいろで、もちろん性格もいろいろです。見ての通り、手伝い方もいろいろで、それがとっても良いところだと思います。だって宗教じゃないんだから同じ方向を向いてなくともいいですね。お互いを認め合い、少しは我慢しながら、皆で声を出し合って一日楽しく過ごせるひろがりにしていきましょう。

「得るものがないボランティアはこの世にありません。」

最近新聞で見た言葉です。ひろ

がりに参加して五年目、感動したり、気づかされたり、多くの勇気や励ましや優しさなど、ひろがりの仲間たちから溢れるほど頂いています。

感謝！感謝！です。

## 活動予定

2010/ 8/2, 9, 23, 30

2010/ 9/6, 13, 27

2010/10/4, 11, 25

2010/11/1, 8, 22, 29

2010/12/6, 13, 27

2011/ 1/ 10, 24, 31

2011/ 2/7, 14, 28

2011/ 3/7, 14, 28

ボランティア募集中 一緒に活動してみませんか？



## 一回目の地球一周

高山好主

今回の船旅でハンデを持った何人と会いました。耳の聞こえない人（Aさん）、車椅子の人（Bさん）、ダウン症の人（Cさん）です。車椅子の人は一人居たのですが話をしたのは一人のみです。もう一人の人は、私と行動が一致しなかったのか話をする機会がありませんでした。その他のハンデを持った人が居たのかも知れませんがわかりませんでした。

Aさんは囲碁が強くてロビーで打っているのを時々見かけました。囲碁大会では優勝はしなかつたようです。（ハンデをつけた対戦を行つたため実力のみで勝敗が決まらなかつた。）船の中での生活はそれ程不便では無いようでした。重要な所は同行した友達が援助していました。たとえば乗船してすぐに避難訓練がありますがその時は放送で火災発生などのお知らせがあるため耳が聞こえないとみんなと行動を共に出来ません。単独で

乗船するのは難しいようです。Bさんは旦那さんが車椅子を押していました。前回乗つた船には車椅子用のトイレがありましたが今回の船には有つたかどうか忘れました。しかし、通常のトイレは中が広くても入口に段差があり、不便なようでした。又、船の中は階段や段差が有るので苦労しているようでした。

各階の移動はエレベータが有るのでそれを利用します。しかし、荒天の時は使用禁止になります。今回はエレベータの使用禁止は数回しか有りませんでした。

Cさんは四十歳くらいの女性ですが父親が連れてきています。ピースボートに乗るのは二回目だそうです。彼女はキーボードの演奏が趣味で船の中のバンドと共に演した演奏会を二回行いました。食事の時など動作が緩慢ですがキーボードを演奏している時はリズムに乗つて軽快に動いていました。

次回はちょっとシリアルな話をします。

## 渡良瀬遊水地のコミニミズク

白川倫子

又、コミニミズクのことです。

足繁く通つた所に、渡良瀬遊水地がある。東北自動車道を加瀬で降り一時簡易宿泊場の中を走り抜けると到着。シベリヤから冬の間来ていると聞きつけ写真を撮る夫に連れて行つてもらつた。各階の移動はエレベータが有るのでそれを利用します。しかし、荒天の時は使用禁止になります。今回はエレベータの使用禁止は数回しか有りませんでした。

Cさんは四十歳くらいの女性ですが父親が連れてきています。ピースボートに乗るのは二回目だそうです。彼女はキーボードの演奏が趣味で船中のバンドと共に演した演奏会を二回行いました。食事の時など動作が緩慢ですがキーボードを演奏している時はリズムに乗つて軽快に動いていました。

Aさんは囲碁が強くてロビーで打っているのを見かけました。囲碁大会では優勝はしなかつたようです。（ハンデをつけた対戦を行つたため実力のみで勝敗が決まらなかつた。）船の中での生活はそれ程不便では無いようでした。重要な所は同行した友達が援助していました。たとえば乗船してすぐに避難訓練がありますがその時は放送で火災発生などのお知らせがあるため耳が聞こえないとみんなと行動を共に出来ません。単独で

で見ていると、どこからか翼が長い鳥が低空飛行でやつてくる。コミニミズクだ！双眼鏡などを持つ大方の人はすでに居ない。粘り勝ちの数人が追つかけをしている時、私は身体不自由なので車の中だ。それでも、私にもチヤンスがおとずれる。すぐ横のブリキの壊れた看板の様な物から大きくVの字に羽ばたく鳥が現れる。我が身を犠牲にして仲間を救おうとしているのか？良く見れば良いものをあわててしまふ。遠くに行つている夫を呼んでいるうちに消えてしまう。

野辺山でも皆が他の鳥に夢中になつていて、池塘は足尾銅山の鉱毒の名残か紫色の泥沼だ。興味深かつたことは野辺山のコミニミズクと顔つきが違うこと、こちらの方が目鼻立ちがはつきりしていく人間っぽい顔をしている。又、池の端でチュウヒ（タカ類）三羽（幼鳥を中に連れていっているところは親子らしい）が隠し絵のように保護色となつて朝日を浴びてのんびりひなたぼっこをしていた様子が見られたこと。

いじわる鳥がねぐらに帰り、すつかり夕暮れになる頃、高台



# 帯状疱疹を患つて

梅田ひさ子

お話をさせて頂くひと時を持たせていただきました。

やさしいお心遣いありがとう。

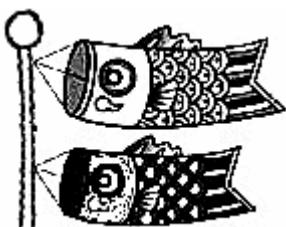
サロンの皆様との御縁は大切に持ち続けたいと思います。今後ともどうぞ宜しくお願ひします。

先日は思いもかけずに帯状疱疹との診断を受けて入院しました。その病気については、これまで色々の方から聞かされたし、数十年前、主人もこの病

気にかかり大変な思いをした経験もありよく解かっているつもりでした。でも自分自身の痛みについては帯状疱疹とはまったく思わず肋骨や脇腹の痛みを訴えているうちに胆石や癌を疑われて三度目の受診でようやく病名を知らされました。

キリキリとした痛みと共に足が痙攣をするので辛い想いをさせられました。入院には慣れている私でも集団生活には体が合はないので個室を選ばざるを得なくなり痛さときみしきの日々でした。

そんな折、ひろがりの皆様のお見舞いを受けました。そしておしゃべりが生甲斐の私は沢山



短歌(うた)づくり  
激痛の走る胸部にムチ打ちて  
文字の羅列と言われしも  
心の叫び ふと漏れる時

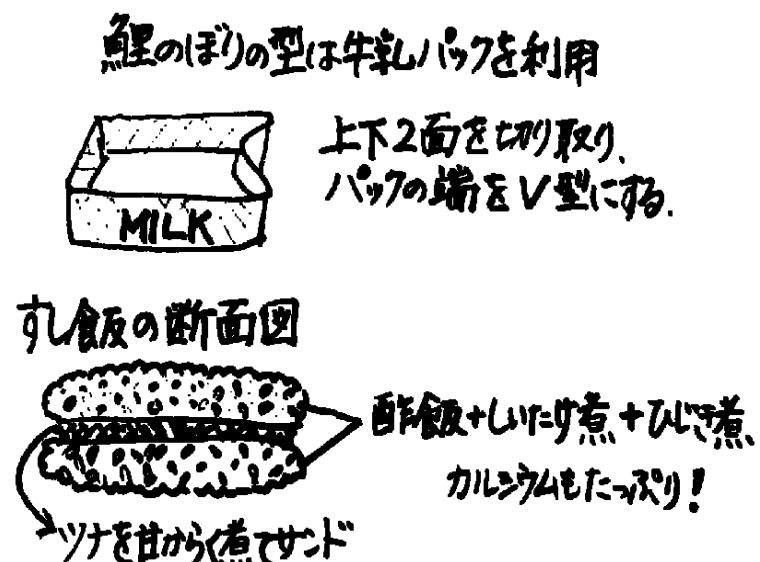
点滴を朝夕なに  
差されしかいな  
自慢の血管細々と浮く

## ひろがりキッチンのレシピ（2010/5/10）より 「鯉のぼりの押し寿司」

森川 早苗

写真はホームページの5月10日の献立を参照。

( [http://aoba-portal.net/group/hirogari\\_salon/](http://aoba-portal.net/group/hirogari_salon/) の左側の献立表示を選択し、次に、2010年5月の10日を選択してください。)



# じよんのびの里

本村 孝

「じよんのびの里」これは宿の名前です。場所は新潟県柏崎市高柳町、地図で見ると県のほぼ中央が長岡市、そのすぐ南に小千谷市、柏崎市、十日町市があります。

宿のある高柳地区は十日町市に近い山側、集落が点々と存在する山村地帯にあります。

昨年十一月に二泊三日の行程で旅行をしました。仲間の中に小千谷市、十日町市の出身者が居り、宿の手配、案内をしてもらいました。初日に泊まつたのがこの宿でした。国民宿舎風の建物で少し離れた隣に、子供自然王国と云う研修施設があります。夏休みは多くの利用があり、第三セクターで経営されているそうです。

建物は大きくゆつたりした造りで天井というものはないよう

な感じで、エントランス、フロント、ロビー、浴場、食堂も大きくすべて木造で梁も太くしつかりした建物でした。

さて「じよんのび」と云う言葉の意味ですが、この地方は日本有数の豪雪地帶です。冬は雪、雪、寝ても覚めても雪との戦いです。長い冬を一生懸命黙々と除雪をし、晴れの日はあまりなく、毎日鉛色の空、最近積雪は少ないようで三メートル余りとか。以前には一晩に一メートルも積もつたそうです。

短くも長い一日が過ぎ冷えて疲れた体を癒してくれるのが風呂です。首まで浸かりうつとりした心の芯から気持ちのいい状態これが「じよんのび」と云う言葉で寿命が延びると云う意味の方言なのです。ようやく風呂に入り最高にリラックスを感じる時に「じよんのび」な心になります。

温暖な土地に生活している私

達では「ああじよんのび」と云う言葉を発する必然が薄いかも知れません。厳しい冬をお互いが助け合い生きてゆくところに、いたわり、ねぎらいの心が育くまるのでしよう。

\* \* \* 編集後記 \* \*

\* 会報「ひろがりサロン」の八号が皆さん協力で出来ました。

\* 一月に発行する予定が遅れたので今年度は頑張つて九、十号まで出せたらいいなと思っています。  
(高山)



ホームページ は次のところにあります。

[http://aoba-portal.net/group/hirogari\\_salon/](http://aoba-portal.net/group/hirogari_salon/)  
(「ひろがりサロン」で検索しても見つかります。)

ひろがりサロンは  
「あおばふれあい助成  
金」「年末たすけあい  
配分金」「青葉区善意  
銀行配分金」を受給し  
て活動をしています。

