

デイサービス ひろがりサロン

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

食事 : 500円(昼食・おやつ)

その他 : 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ない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ょうか？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ってこられました。

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？

うか？私自身は何か腑に落ちないのですが、腑に落ちる人もいますので、私の意見は引つめます。呼び方などどちらでも良いです。

参加者の障がいはいろいろで、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えます。だって宗教じやないんだから同じ方向を向いてなくてもいいですよ。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なっていきましょう。

「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？



二回目の地球一周

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。車椅子の人は二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し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ったようです。(ハンデをつけて対戦を行ったため実力のみで勝敗が決まらなかった。)船の中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。前回乗った船には車椅子用のトイレがありました。したが今回の船には有ったかどうか忘れしました。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ー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。今回はエレベーター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した。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って軽快に動いていました。

次回はいよいよシリアスな話をします。

渡良瀬遊水地の

コミミズク

白川倫子

又、コミミズクのことです。

足繁く通った所に、渡良瀬遊水地がある。東北自動車道を加瀬で降り一時間程畑の中を走り抜けると到着。シベリヤから冬の間に来ていると聞きつけ写真を撮る夫に連れて行ってもらった。見渡す限りのヨシ原。目に優しい色だ。太鼓をたたくと象でも現れそうな別世界。河は淀んでいる。そこかしこに朽ちた釣り船が置き放しになっていて往時を思わせる。池塘は足尾銅山の鉍毒の名残か紫色の泥沼だ。興味深かったことは野辺山のコミミズクと顔つきが違うこと、こちらの方が目鼻立ちがはっきりしていて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くところは親子らしい)が隠し絵のように保護色となっ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、すっかり夕暮れになる頃、高台

で見ていると、どこからか翼が長い鳥が低空飛行でやってくる。コミミズクだ! 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っかけをしている時、私は身体不自由なので車の中だ。それでも、私にもチャンスがおとずれる。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。遠くに行っている夫を呼んでいるうちに消えてしまふ。野辺山でも皆が他の鳥に夢中になっている時、畑と畑の境界線の土手のような端からのこのこと出てきたりする。そんな時も、私は「お父さん。」と呼んでしまふ。



帯状疱疹を患って

梅田ひさ子

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ていたし、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わないので個室を選ばざるを得なくなり痛さとさみしさの日々でした。

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

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いします。

短歌(うた)づくり

文字の羅列と言われしも

心の叫び ふと漏れる時

激痛の走る胸部にムチ打ちて

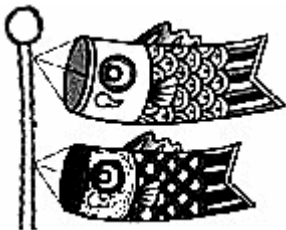
チャンネル廻す

手だけはたしかに

点滴を朝な夕なに

差されしかいな

自慢の血管細々と浮く



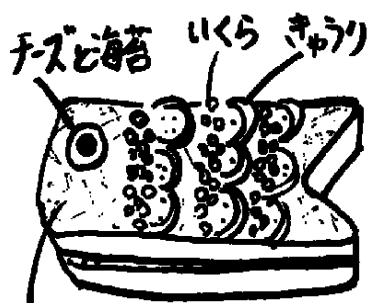
ひろがりキッチンのレシピ (2010/5/10) より

「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/ 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。)



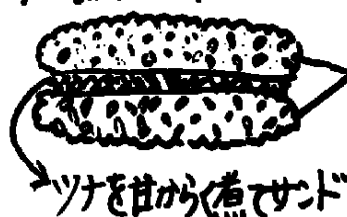
ごはんの上は
錦糸卵と...色も鮮やかです!

鯉のぼりの型は牛乳パックを利用



上下2面を切り取り、
パックの端をV型にする。

すし飯の断面図



酢飯+しいたけ煮+ひき煮
カルシウムもたっぷり!

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、案内をしてもらいしました。初日に泊まっ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。

建物は大きくゆっ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っ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帯です。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、毎日鉛芭の空、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ったそうです。

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。首まで浸かりうっ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ときに「じよんのび」な心になるといふわけです。

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が。厳しい冬をお互いが助け合い生きてゆくとともに、いたわり、ねぎらいの心が育くまれるのでしょうか。



ホームページ は次のところにあります。

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。)

*** 編集後記 ***

* 会報「ひろがりサロン」の八号が皆さんの協力で出来ました。

* 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)

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。