

ひろがりサロン

第19号

発行日 : 2017年1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 : 小椋 純子
連絡先 : 045-962-2775
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
(除く第3月曜日)
料金 : 利用料 700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

十周年記念を

終えて思う

若尾保恵

二〇一六年四月二十六日に「ひろがりサロン、十周年記念」が鴨志田ケアプラザ2階多目的ホールで執り行われました。ひろがりサロン」に來られなくなった方々も事前にお知らせして、お忙しい中、元スタッフ、元利用者さん、デイサービスがお、デイサービスはなみずき、ケアプラザの方々が参加してくださいました。

十年前の写真を見るとみんな若い。今は年相応のお顔になり、いつもお会いしていると同じ雰囲気です。楽しい十周年記念日の一日を過ごしました。

私の二人の友達が参加していた世田谷区のミニデーンカ所(十三年位続いたのかな?)は二、三年前解散になってしまいました。解散の理由はスタッフの高齢化だったそうです。最近回覧板が回ってきたのですが、『ワンワンクラブ(道路の清掃をしているようです)』老犬(紐を引いている人も老化)が増えたので、若いワンちゃんの入会お

誘いたします。』と、言うことでした。これからは本場に老人が多くなつてきます。「ひろがりサロン」を卒業したスタッフ達、学校でもOB会があり、母校にOBとして顔を出すように、年に何回か出席してくださいとか、どなたかを連れてきてくださるといいなと思つています。

代表、副代表、キッチンを始めコNSTANTに早くから遅くまで活動をしている人がいるので、私のように時間のある時だけ出たり入ったりする人がお手伝い出来るのでしよう。

この十年の間同時に母の自宅介助をしていました。母はよたよたと歩行器を使い自分でトイレに行っていました。九九歳で転び左股関節に人工関節を入れましたが、リハビリをして又歩行器でトイレに歩いて行けるようになりました。最後歳八ヶ月で亡くなりました。最後までトイレに自力で行けました(夜中の三時間おきのトイレ介助が私と主人のつらい所ではありましたが、笑顔の優しい母でした)。

母のように、いつも笑顔でこれからは「ひろがりサロン」に出席していききたいと思つています。

2017年 デイ予定

1/9, 23, 30

2/6, 13, 27

3/6, 13, 27

4/3, 10, 24

5/8, 22, 29

6/5, 12, 26

7/3, 10, 24, 31

8/7, 14, 28

9/4, 11, 25

10/2, 9, 23, 30

11/6, 13, 27

12/4, 11, 25

遠足に行きました

コスモスの 昭和記念公園

羽田 洋子

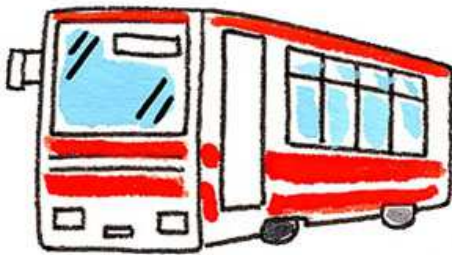
九月二十六日(月) 台風が少し前に二つもやって来て当日朝も、はっきりしない空。五十%雨の予報でしたが、九時半に決行と決定。五つのグループになりそれぞれ五人での行動になりました。

広い広い園内を集合時間まで、それぞれに計画を練って動きました。レイクサイドの食事の時は三つのグループが一緒になってひろがりの食堂のようでした。私たちは湖を眺めてゆっくりの食事。みんな完食。五人が卓を囲んで同じものを食べてお喋りしてたのしい食事時間でした。はじめからパークトレイン利用して地図で一番上の砂川口まで乗車、帰りを歩いて花を見たグループがいました。上手に計画をたてると全体をほぼ巡るので、感心しました。

私たちは、まずレストランめざして食後にゆっくり歩き、又、

足でだめな私は集合地へ直行。各々がソフトクリームやコーヒーもたのしんで、時間までには全員集合地に着いていました。

心配した雨は全く降らず恵まれた秋空で、花もあり、よい散策を皆さんのしんできたのでしうか？感想をお聞きした六人とも皆が「よかった」「たのしかった」と言っていました。八月暑い頃、下見した者としてはとてもほっとして、たのしく当番を終えました。皆さんそしてお天気的神さまありがとうございました。



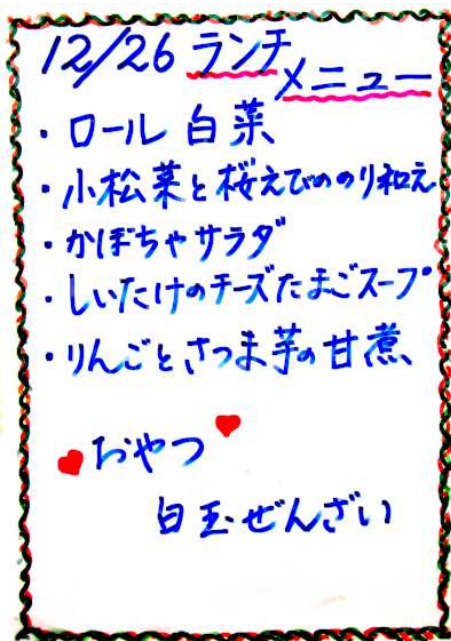
キッチンの一日

香月博子

キッチンの仕事は前日に準備した食材を運び込むことから始まります。メンバーは大体六人。それぞれ日頃の慣れた技術を生かして、野菜や果物を切ったり、米を研いだり、おいしいスープを作る、揚げ物をする、細かい作業を得意とする人、食器を洗って用意する等の作業を手分けして、進めています。お昼ご飯はキッチンスタッフの協力の結晶なのです。

食後の片付けも、食器を洗う人、拭く人、レンジ周りを磨く人、シンデレラと称し床掃除をする人、と、一人一人がなくてはならない存在です。

ひろがりの一日が終わる時、今日の食事作りが無事にできて良かったなあ、とほっと胸をなでおろします。これもスタッフ皆の協力のおかげだと思い、感謝の気持ちでいっぱいです。



ある日のランチメニュー

夏祭り

泊り育

今日（八月一日）は皆が楽しみにしている夏祭りです。

部屋に入ると日本の民謡、祭りの曲が流れています。ホワイトボードには、お神輿のイラストが描かれ、壁にはお祭りのオーナメント、ペナント、ヨーヨーも飾られています。スタッフは豆絞りの手ぬぐいを首にかけ、半纏を着ている人も。部屋の片隅からは夏祭りの定番メニューの「たこ焼き」を焼く良い香りがします。昼ごはんが楽しみです。いつも通りに午前中は、体操をして昼ご飯からいよいよ夏祭りに突入。今日のスペシャルメニューは、キッチンさんが心をこめて作った、焼き鳥、たこ焼き、五平餅、わんこサラダそうめんでした。珍しくて、おいしくて、お替わりする人続出。大満足でした。

午後からはここ四年間、来所下さる、「カ・ラーマラマ・フラスタジオ」のフラダンスメンバー、十三名の登場です。たぶん同じ世代くらいの方々、見知

った顔もちらほら。きれいな髪飾りと衣装、装身具を身に着けての登場です。最初は、ハワイの民族楽器であるイプとコーラスをバックに古典フラ。厳粛な曲なので、静かに聞き入りました。次からは陽気で楽しいフラダンスが続き盛り上がってききました。先生のトリの踊りは優雅でしっとり。皆でうっとりしました。最後は皆で手をつないでの大合唱、楽しかったですね。そして夏祭りの最後は恒例の「スイカ割り」です。目隠しをし、その場で二回ぐるりと回され、棒を持って挑戦です。スイカは大事なおやつ。棒は紙製なので、真に当たっても音がするだけでスイカは割れません。皆で「もつと右、右。」「そこそこ。そのままよ。」と囃し立てながら声援を送りました。案外当たらないものでしたが、大いに盛り上がりました。

帰りには昔懐かしいヨーヨーをお土産に。楽しい時間が終わりました。

ひろがりサロンに参加して

中原玲子

こんにちは。初めまして中原玲子です。まずは自己紹介をさせていただきます。香月さんの紹介で、七月に初めて参加いたしました。

主人と画家の娘の三人暮らしです。息子は東京の清澄白河で一人暮らしをしています。

鴨志田西団地には東日本震災の直前に越してきました。まだ段ボール箱を片付けていない時の地震でしたので後始末が大変でした。

私は結婚して川崎の宮前区に住み、その後子どもの幼稚園の入園を期に横浜の緑区霧が丘に越しました。その後は都築区の川和町に住み、その頃からご近所のお友達と子どもたちを遊ばせによく寺家にはきていました。とてもいい所でしたがここに住むようになるとは思ってもみませんでした。

鴨志田に住んで五年と八ヶ月が経ちましたが、緑が多く、田んぼの四季の移り変わりを感ぜられる寺家が大好きです。

香月さんに声をかけて頂いたお陰で皆さまとの交わりができて本当に良かったです。

私は日頃は江田のハーモスにあるコープケアサポートセンターに務め、お年寄りの介護にあたっています。また食育指導士の資格を持っていますので、食を通して健康家族をつくるために健康情報をお伝えしています。「明るく元気で」をモットーに過ごしています。

これからも少しでも皆さま方とふれあい、助け合っていけたらよいと思っています。

どうぞ皆さまよろしく願っています。



国際支援

高山 好主

私は普通に生活していると国のことをあまり考えていません。特に他の国で戦争や内戦で難民が沢山いるなど身近に感じる事はありません。平和ボケと言われるかもしれませんが私の実感です。

先日、「ひろがり」のクリスマス会で利用者の皆さんに贈ったプレゼントの残り物を抽選で頂きました。それは「アレppoからの贈り物(オリーブ石鹸)」です。これは、今、内戦で情勢不安となっているシリア・アレppo地方の製品です。現在、現地で製造が困難のため今までと同じ方法でトルコにて製造し、アレppoで製品検査をして、日本に出荷しているとのこと。このような製品を使用することにより、



現地での収入になり、現地での生活安定の助けになればよいと思います。

私は戦後の混乱期の記憶はありませんが聞いた話では食べ物を手に入れるため筆舌に尽くしがたい苦勞をしたとのこと。内戦が続いている所では同じような状態だと思います。

このような国際支援を考えてみることもたまには必要な事だと思います。

補足 新聞でアレppoの破壊と惨劇が報道されています。現在はどういうふうになっているのでしょうか。



ホームページ は次のところにあります。
http://www.geocities.jp/hirogari_salon/
(「ひろがりサロン」で検索しても OK。)

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」
を受給して活動を行っています。

*** 編集後記 ***

* 「ひろがり」十九号はもつと早く発行するつもりが編集子の怠慢で遅れ遅れになってしまいました。お詫びします。

* 今年の二月でひろがりが始まってから丸十一年となります。それだけ年を重ねたと思うと多少動作が鈍くなつたのも当然のように思います。

* 今年は穏やかな三が日でした。このような日が続くといいなと思います。

(高山)