

デイサービス

ひろがりサロン

第23号

発行日：2019年9月30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：齊藤 恭子

連絡先：045-961-3786

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(除く第3月曜日)

10時～15時30分

料金 利用料 500円

食事 700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

ごあいさつ

齊藤 恭子

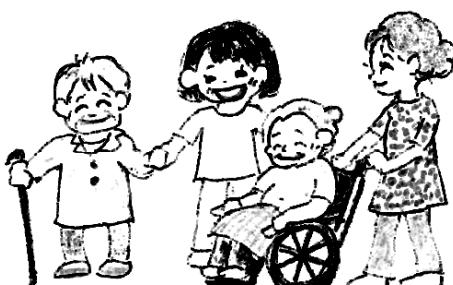
今年の四月から代表となりました齊藤恭子です。今年の始めに次期代表にと言われて、とんでもない、私に務まる訳がないし、それにまだひろがりに参加して二年、分からぬことだけ……でも前代表から全面的にサポートするから大丈夫と背中を押されお引き受けした次第です。まだまだ至りませんが、皆様どうぞよろしくお願いします。

私はひろがりのモットーは、利用者さんもボランティアスタッフも笑顔で思いやりの心を持って共に過ごす事と思っています。利用者さんのことを第一に考えて少しでも憩いの場になるよう励んでいきたいです。

私は子供の頃よく学校の先生に、引っ込み思案と言われていました。最近そんな似かよった小学校時代の友人七人と同窓会をしました。皆○○ちゃんと呼んで、そんなに変わらないよねーと自分たちだけで思っているのでした。変わっ

たと言えば性格です。ある人は保育園の園長となり無事退職され、ある人は、下町の自転車店のかみさんになり地域の人達のお世話にいそがしい。色々なボランティアをして有意義に毎日を送っている人：年を重ねるつていいなあと私も頑張ろうと思う一日でした。

こんな私ですが、ひろがりサロンが長く続いていくようにスタッフの皆さんと共に温かい居場所を作っていきたいと思っています。



ひろがりサロン 2019年度 予定

10月7日, 14日, 28日 10/7 誕生会

11月4日, 11日, 25日 11/11 家族相談会 11/25 誕生会

12月2日, 9日, 23日 12/23 クリスマス会

2020年

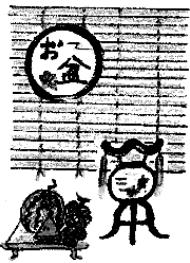
1月6日, 13日, 27日 1/6 初釜(お茶会) 1/27 誕生会

2月3日, 10日, 24日 2/10 誕生会

3月2日, 9日, 23日, 30日 3/23 誕生会 3/30 バス遠足(花見・食事会)

がらすごした今年のお盆でした。

十三日 午前中はお棚飾り。



四角のテーブルを仏壇の前に置き、

まこもを敷いて位牌を並べ菓子の盛

り合わせ、果物籠、今年取れた野菜類を並べて、茄子、胡瓜で牛と馬を作る。盆提灯を出し生花も日頃より立派な物にしてにぎやかにします。午後は迎え火を焚く準備と夕食の準備。

八月は盆月。先祖の靈を迎えるおもてなしをして、又、翌年ご機嫌

よくおいでいただけるようにと願いを込めて十三日の迎え火から十六日の送り火まで一連の行事

が続きます。それぞれの土地土地でやり方は異なるでしょうが私の

生まれた駿河の国志太の郡(現在の藤枝市近辺)ではどうであったか、思い出しながら、今年はお盆の四日間を送りました。

我が家に帰り来る靈魂は、夫と夫の両親ですが舅、姑は私と同じ土地の生まれ、薄れて行く記憶を辿りつつ、お盆の食事の支度をする私に「あんたそれ違うんではないかい」と言っているかも知れませんが六十年前を思い出しな

今年の夏 お盆支度のあれこれ

利用者より

十六日の食事。

朝食 白米ご飯・七色汁(七種の具の入った味噌汁)・南瓜を

煮る

胡瓜と茄子の牛馬に、お札を乗

せて置く。(このお金で土産を買って牛馬に乗って帰られるのだと聞かされました。) 十六日の午前中に傷んだ野菜や、きびがらなどは、まこもに包み定められた場所に持ち込み処分されます。

こうして令和元年の私の盆は終わりました。皆様はどうお過ごしでしたか?

それにしても暑い夏でした。

十四日の食事。

十三日 佛の食事。
夕食 あん団子を三~四ヶをかわらけに盛り供えます。(迎え団子と言いました)

朝食 白米ご飯・味噌汁・香の物
昼食 お萩を作り供えます。
夕食 白米ご飯・胡瓜もみの

御馳走

十五日の食事。

朝食 白米ご飯・味噌汁・香の物
昼食 素麺

夕食 天ぷら(精進揚げ)佛様の食事には魚や肉は生臭ものと

言い禁止です。

「ひろがり」歌のリクエスト (H31/2~R1/7)

第一位: 春の小川、若葉

第二位: あざみの歌、青い山脈

第三位: バラが咲いた、夏の思い出、雨降りお月さん、
川の流れのように、上を向いて歩こう



童謡、わらべ歌、唱歌、そして懐メロ ジャンルは色々ですが、リクエストの想いを分かち合いながら唄っています! (作詞に触れ、時代背景を改めて学びながら……)

「こんにちは、

今日はようしく

お願ひします

やのさくら

る皆さんも幸せだらうなと思ひました。

そして、午後3時ごろに、小椋さんから声をかけられました。

部屋に入つてからすぐに、皆さんが出迎えてくれました。ボランティアに参加させていただいたのは

今回が初めてでした。私は、緊張

して、なかなか喋れませんでした。が、だんだんと慣れてきて、おばあちゃんや

おじいちゃん達と話せるようになりました。

「どうも、さくらです！」

「ああ、ボランティアに来ててくれた

の？ありがとうねえ。」

こうやって、皆さんと仲良くなれて、本当に嬉しかったです。

いろいろなイベントがありとても楽しかったのですが、中でも特に感激したのは、お食事がとても豪華で、美味しいかったです。こんなお食事だったら、参加されてい

「もうそろそろ準備できるかしら？」

その日、私は皆さん前で歌を歌うことになつて、準備が整つた後に、私の母が皆さんにお知らせをしました。

「皆さん、今日は、ボランティアをさせて、ありがとうございます。今日、私の娘が歌を三曲ほど歌うので、どうぞ聞いてください。」

そして、ものすごく緊張しながらもなんとか歌いきつて、すごくスッキリしました。なぜすごく緊張したかというと、初めて人前で発表したからです。そして、あつとう間に帰る時間になりました。

「本当に、ありがとうございます。」



お礼を言つて、ホッとした気持ちで楽しく帰れました。

皆さんに暖かく迎えて、てとても嬉しかつたし、これまでもないとても良い経験をさせてもらいました。

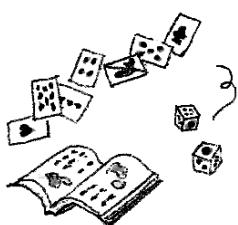
また、ボランティアをさせていた

だきたいな、と思いました。

(夏まつりの日に小椋さんの友人の親子で参加していただきました。)

今年の夏は、長雨や酷暑が続き、散歩や外出の機会の少ない日が続きました。そんな時でも、昼下がりには、グループができ、トランプに興じたり、落語の読み聞かせ、紙芝居、難しい漢字の読み方クイズ等々で皆さん真剣。おしゃべりは止まらず、悩み、世間話、想い出話……と広がっていきます。

「ひろがりサロン」が、安心して過ごせる場所に。という利用者さん、スタッフの想いが伝わってきます。雑談力つて素晴らしいと思いま



雨の日でも

若松 妙子

初めての体験

小椋純子

六月二十四日、初めてキッチンの食事作りを担当しました。二五名分の食事作りとなると、予算を

考えて食材や調味料もきちんと計算しなければならず、目分量と舌だけを頼りにしている家庭の調理とは大分勝手が違います。

まず一番に考えたことは、十二時までに料理が仕上がるようになると、次にメニューは失敗なくできそうなカレーに決めました。伊藤節子さんに協力してもらい、食材の量を割り出して前日に買いました。二人で相談しながら準備てきて心強かったです。

当日、ベテランのスタッフは流石に手際よく、皆の協力のもと順調に作業が進み、十二時にはすべての料理が完成しました。「おいしい」と言つていただけて幸せな気分、ほつと胸をなで下ろしました。豪華な料理でなくても皆で楽しめたことが食の醍醐味、

これぞひろがりの大切な時間です。ひろがりは活動を始めて以来、手作りの昼食を皆でいただいてきましたが、最近はキッチンスタッフが不足気味で、手の足りない時は交代で食事作りを手伝うことがあります。

新しい方がスタッフとして参加してくださつたら嬉しいです。料理に関心のある方、一緒に食事を作つてみようという方がいらっしゃいましたら、是非ひろがりサロンにいらしてください。



ホームページは次のところにあります。
<http://www.hirogarisalon.sakura.ne.jp/>

一緒に活動して下さる人募集中
ぜひ見学に来てください

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＊＊

*中学生の時迎えた‘64東京オリンピック。
来年再び東京で迎えます。
懐かしいあの頃の感動を再び。

楽しみですね。

*今年は暑い日が続きましたが秋分の日を過ぎて夜には秋の虫が鳴いています。

*イラストは内海さんにお願いしました。

(若松・高山)