

デイサービス

ひろがりサロン

「ひろがり」の日々
若松 妙子
三年を越して
いるコロナ禍、
マスクや制約を受けながら今
の活動は室内活動が充実してい
ます。小グループでのトランプ、
折り紙、ゲームや囲碁、おしゃ
べりなどで賑わっています。
昼食準備では、率先して手伝
つて下さる利用者さん。危ない
とか安全の為座つて待つて欲し
いとの意見のあった中、ご本人
の人生(生き方)を尊重し、寄り
添い、見守つていくことを学び
ました。

紙芝居が始まりました。樂し

そうに聞きに入る人、居眠りする
人と、各々。「眠い方はどうぞ…」
と、優しい一声に安らぎを感じ
ながらウトウト。至福の時間。

お開き直前は「しうとう」。目
が輝き、頭も冴え、集中と共に
のクライマックス。毎回の恒例
行事になりました。

第26号

発行日 : 2023年3月27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 : 斎藤 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

「ひろがり」の日々

若松 妙子

三年を越して
いるコロナ禍、
マスクや制約を受けながら今
の活動は室内活動が充実してい
ます。小グループでのトランプ、
折り紙、ゲームや囲碁、おしゃ
べりなどで賑わっています。

昼食準備では、率先して手伝
つて下さる利用者さん。危ない
とか安全の為座つて待つて欲し
いとの意見のあった中、ご本人

の人生(生き方)を尊重し、寄り
添い、見守つていくことを学び
ました。

紙芝居が始まりました。樂し
そうに聞きに入る人、居眠りする
人と、各々。「眠い方はどうぞ…」
と、優しい一声に安らぎを感じ
ながらウトウト。至福の時間。

お開き直前は「しうとう」。目
が輝き、頭も冴え、集中と共に
のクライマックス。毎回の恒例
行事になりました。

男性の参加も増えています。
交流しながら、自らの想いを語
ったり、一緒に何かをする場が
あることは、今の不安な時代、だ
からこそその賜になるかもしま
せん。

頼る、弱み、迷惑かける等の
生産的でない時間を大切にする
「ひろがり」としてこれからも
続いていけたらと思っています。



ひろがりサロン 2023年 予定

04/03 誕生会	06/12
04/10	06/26 誕生会
04/24	07/03 七夕
05/08	07/10
05/22 フラワアレンジメント	07/24
05/29	07/31 外食会
06/05	08/07 夏祭り

「ひろがりサロン」の紹介

齋藤 世二

いざ箱根へ！

バス遠足

小椋 純子

「ひろがりサロン」は毎週月曜日(第三月曜を除く)の午前十時から午後三時半まで、鴨志田地域ケアプラザ一階の多目的ホールで介護保険と関係なく開催されています。利用料金は食食代を含めて一回につき千二百円です。

利用者はお元気な高齢者が多く、おしゃべりをしたりゲームを楽しんだり、天気の良い午後は近場を散歩したり、軽い体操も行っています。毎月お誕生日会を開催して、その月の利用者を祝っています。

一月九日には初釜(年が明けて最初に行われる茶会のこと)を行い、和服姿の女性がお茶を点てて下さり美味しいお茶をいただき、新年の雰囲気を味わいました。また利用者のご家族の皆様に来場・見学して頂く「家

族会」もあり、更に毎年車椅子対応の福祉バスで出掛ける「バス遠足」もあります。

私は間もなく八十歳を迎えます。毎回楽しく過ごしています。これからも利用したいと思っています。

皆様、本当にありがとうございます。



十月二十四日、福祉バスを利用して箱根に遠足に出かけました。利用者さん、ご家族、スタッフ、合計二十三名を乗せてバスは十時にケアプラザを出発です。当日は肌寒い曇り空で、富士山は残念ながら姿を見せてくれませんでした。バスガイドさんの案内に耳を傾けながら、車窓の景色を楽しむうちに芦ノ湖が目に飛び込んで来て、十一時三十分頃目的地、小田急山のホテルに到着しました。

レストランに案内していただき、いよいよ楽しみなランチタイムです。メニューは事前に予約しておいたビーフシチューのセットです。パン、サラダ、ステーキ、ビーフシチューが順番に運ばれて、グループごとのペースで食事が始まりました。窓の外には芦ノ湖と庭園の風景が広がり、美しい景色を眺めながらいただく食事は格別です。皆の顔もほころんでどれも美味しく



いただきました。
デザートのシャーベットとコーヒー(紅茶)もいただいて、お腹が満たされたところで庭園を散策しました。春は躊躇が有名だそうですが、この時期は薔薇が見事に咲いていました。色々としたりの花と香りに包まれます。会話もはずみ、心配していた雨にも降られず、心癒されるひと時でした。

お土産を買ってそろそろ帰り支度です。十四時三十分にホテルを後にして無事ケアプラザに戻ってきました。

短い滞在時間でしたが箱根の空気に触れて、皆リフレッシュできたのではないでしようか。コロナ禍で遠出もままならない昨今、皆と一緒に出かけて、普段とはちょっと違う一日を過ごすことができてよかったです。

クリスマス会

伊藤節子

十一月に入るともう街にはイルミネーションがともり、人々の心をクリスマスへと誘う。ショッピングセンターの大きなツリーを見ると、若い頃のようなワクワク感はないけれどなぜか幸せな気持ちになる。

今日はひろがりのクリスマス会。スタッフ総出で飾り付け、金銀のモール、ツリー、タペストリー、テーブルには利用者の皆さんへのプレゼントが並べられている。

十時過ぎると一人、一人といらっしゃる。今日は素敵な装い。いつものように午前中、体操をしてお風を頂き一息ついていると「皆さん、これからクリスマスゲーム大会を始めます」と代表のSさんの声。最初は手の感触だけで箱の中身を当てるボックスゲーム。目を瞑りゴソゴソ。中身はキャベツ、りんご、バナナ等、笑いが起こる。

次は賞品のかかったジャンケンゲーム。一等、二等は何とお米。ここでSさんからルール説

明があり「最初はグー、ジャンケンポン」皆さんいつもより、大きな声。一等はどなたでしょう。

今日の最後のゲームはサイコロゲーム、出たます目の質問に答えていただきます。「好きな食べ物は?」「行ってみたいところは?」食べ物のテーマでは小学校の給食の話で盛り上がる。普段もの静かなMさんもいろいろお話される。

話がはずむ中、そろそろ帰宅の時間。「今日はお土産が沢山あります。わすれものないようになります。わすれものないようになります。」とのれん。

「シクラメン、嬉しいわ」とKさん。「ケーキ、美味しかったわね」とEさん。

「お米重そうですね」とスタッフ。



家族の相談会

齊藤恭子

立春が過ぎた二月にしては暖かい日となつた二月六日に家族相談会を開きました。ひろがりサロンでは、毎年二月にこの行事を行っています。

当日は十二時からの風食で、ご家族の方と一緒に少し豪華なお弁当を頂きます。コロナ禍なので黙食をお願いしています。食後の果物は苺で、その後マスクをして少しおしゃべりをします。

そして一時から本題の相談会です。ご家族三名と鴨志田ケアプラザ包括支援センター相談員の方一名、スタッフ二名で日頃困っている事やこれから利用したい介護サービスなど気兼ねなく質問をして頂きました。一時間の予定で行いましたが、ご家族同士また相談員の方との連帯感が出来たのではないかと思います。その間、ほかの利用者さんとスタッフは楽しそうにトランプや折紙、散歩、談話など思

い思いに過ごしていました。今回の相談会が少しでも利用者さんご家族の役に立てたら嬉しいと思います。

最後にこの行事は年末助け合い募金の配分金を利用しています。皆様、本当にありがとうございました。



キッチャンより

番舟博子

キッチャンで、食器の支度をしていると隣の部屋から利用者さん方のお元気な声が聞こえてきます。その声にこちらの心も弾みます。ひろがりサロンがあるので笑顔の花園の様です。

新型コロナウイルス感染症のためにキッチャンで調理が出来なくなつて三年が過ぎました。色々なお弁当を試してみましたが、最終的には生協のお弁当に落ち着きました。

週の半ばにキッチャン担当の二人でお弁当やおやつの注文行きます。生協の担当の方はとても親切でおかずを一人分だけ魚から肉に変えたり、野菜を増やしてもらつたり、ご飯の量を変更したりと、こちらの要望を出来る限り聞き入れて下さり、とても助かっています。そして、何より嬉しいのは利用者さん方がいつも美味しいと言って、よく召し上がって下さることです。時々、味噌汁くらいはこちらで作りたいと思つ事もあります。

早くコロナが終息して自由にキッチャンが使える様になつたら以前の様に皆様に喜ばれる温かい食事を作りたいと思つています。

三月六日はきれいな
かりし寿司のお弁当でした。



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

「あおばふれあい助成金」
「年末たすけあい配分金」
ひろがりサロンは
を受給して活動を行つて
います。

* * 編集後記 * *

* コロナ・コロナの3年間も
そろそろ終わりに近づきました。
しかし、マスクを一時に外すのは
難しいでしょう。

* 今年は、桜の開花が早くて
3月末に行うお花見迄持つか
心配です。

* イラストは内海さんにお願い
しました。

(高山)