

# デイサービス ひろがりサロン

第28号

発行日 : 2024年9月9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 : 斉藤 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

## ひろがりサロンの夏祭り

堤 公子

ひろがりサロンの夏祭りは今年も楽しいイベントが有りました。午前中はスイカ割大会。参加者の皆さんが夢中になってスイカと対決していました。

昼食は私達キッチン担当がキーマカレー、新鮮なサラダを手作りしました。好評で皆さんに喜んで頂けたようです。

午後はカ・ラー・マラマフラスタジオの皆様の美しいフラダンスでハワイ気分を楽しみました。

その後は、ペットボトルの当てゲームが行われました。意外と難しく私もなかなか当てられませんでした。

世の中は戦争、大地震、大雨、猛暑等不安なニュースが続いています。ひろがりサロンの夏祭りはまさに平和で楽しい一日で

した。父は戦争で命を落とし、私は父の顔を知らずに育ちました。だからこそ平和の大切さを強く感じます。平和は遠いものでなくこの様な身近な場所にこそあるものだと思えて実感しました。今後もひろがりの輪を大切に、また、この様な平和なひとときを大切にしたいと思いました。



### ひろがりサロン 2024年後半 予定

08/05		10/14		12/23	クリスマス会	02/10	
08/12	夏祭り	10/28				02/24	
08/26	誕生会	11/04		2025/		03/03	誕生会
09/02	誕生会	11/11		01/06	初釜	03/10	
09/09		11/25	フラワー		(お茶会)	03/24	
09/23			アレンジメント	01/13	誕生会	03/31	お花見会
09/30	バス遠足	12/02	誕生会	01/27			
10/07	誕生会	12/09		02/03	家族会		

# 改めしよろこぶ

泊り育

六月下旬、エアコンフィルターの掃除を終えた後、脚立を踏み外し、右膝と右鎖骨を強打した。大したことないと思ったが、念の為行った整形外科の診断では右膝蓋骨(みぎしつがいこつ)骨折で入院を伴う手術か数週間のギブス固定の選択を迫られた。躊躇なく手術を選んで横浜新都市脳外科病院にて手術、二週間のリハビリ入院を経験した。

手術後は車イス、松葉杖、一本松葉杖、杖なしと順調に回復したが、まだまだ、膝の曲げ伸ばしが自由にできない。現在も週一回のリハビリに通っているが、階段の上り下りがスムーズにいかない。ましてや正座は不可能な状態である。これ以上の改善は望めないのではとか、ギブス固定の方が良かったのでは

とか、じくじく考えていた。

もう山にも行けない、街歩きも出来そうもないと思うとつまらない老後だと悲観的になってきていた。

そこで、「ひろがり」に立場が違ふ所から、すなわち利用者で参加したいと思った。皆様の元気を、パワーを受け、少しでもポジティブになればと。そして今、「ひろがり」に縁があった事を感謝している次第である。今後ともよろしくお願いしたい。



## 外食会

斎藤 恭子

ひろがりサロンでは七月二十日ランチ外食会に出かけました。

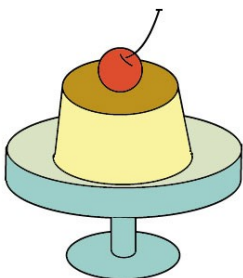
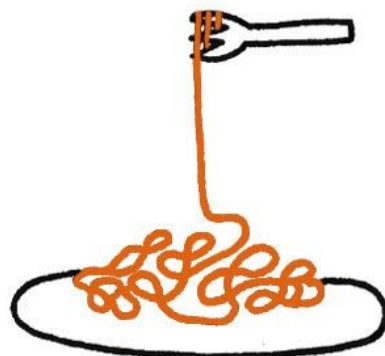
午前中はいつも通り皆さんと談話、その後の体操はランチに向けてはりきって手足を動かします。

さあ、お迎えのタクシーが到着しました。班に分かれて乗り込みます。

レストランでは窓際のテーブルに、利用者さん、ご家族、スタッフの班ごとに座り、予め注文しておいたお料理を頂きます。内容は前菜の盛り合わせ、メインはお好みで各々パスタやリゾット、ピザなど。それにケーキのデザートと飲み物です。

いつもの見慣れた町並みが、レストランの形の良い窓から眺めると何だかおしゃれに感じられます。私たちは美味しいお料理をゆったりとした雰囲気の中で楽しみ、お話もはずみました。

お帰りはタクシーで利用者さんのお宅までお送りして、外食会の一日を無事に終えることが出来ました。皆様のご協力に感謝いたします。ありがとうございました。



# 新人一年生

福田 千鶴子

初めてこのボランティアにスタッフとして参加し気がついたら一年を超えていました。地域には、さまざまな制度や団体がある事も知らないまま、自分には関係なく生きていました。誘われて何も分からないままのスタートでしたが、慣れてくると利用者さんとお話する事は想像以上に楽しく、自分自身も健康や介護予防を意識するようになりました。スタッフも利用者さんも笑顔が絶えない関係で、私もここなら、いずれ利用者になりたいと思ったぐらいです（笑）。

椅子に座っての体操は頭も使うので、初参加の時は出来なくて、間違い続けた事が苦い思い出です（笑）。体操の後は昼食、今日は何かな？とちょっと楽し

みでもあります。残さず完食される利用者さんを見ると今日も元氣と嬉しいですね。

昼食後は散歩に出られる人と、お部屋に残ってトランプやゲームをする人に分かれます。盛り上がりお腹をかかえて笑う事もひろがりサロンをもっと多くの人に知ってもらい、楽しい時間を共有できる場所になってもらえたらと思います。自分はスタッフとしてまだまだ未熟ですが、これからも続けていきたいと思っています。



# エピソード

若松 妙子

「ひろがり」に出かける日、バス停で年配の女性に話かけられました。イヤリングにネックレス、そして帽子。お洒落な装いです。

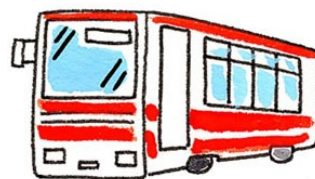
「私、来年百歳なの」「同居の三つ下の妹を亡くし寂しかったけど、今年、末の九十歳の妹が同居してくれてね」と嬉しそうだった。「眼科で目薬指して貰うだけだね」とも話された。私は話を聴きながら「そうですね、素敵ですね」と、頷いた。

一昨日は私の誕生日だった。歳を一つ重ね、嬉しさより寂しさを感じながら、このご婦人の話を聞いて「老練」という言葉を思いだし、「腑」に落ちました。そして電車に乗り換え、青葉台へ向かった。

「ひろがり」は来年開設二十一年を迎えます。出会って、語りあって、遊び等を通じながら皆さんと共に「ひろがり」を創っ

てきました。

私はまだまだ若輩。バス停での一瞬の出会いから、「ひろがり」を大切に、二十周年に向かって歩みたいと改めて思った日でした。





# クルーズの

## 夏祭り

高山 好主

ピースボートのクルーズでは寄港地での観光や現地の人達との交流などあります。世界一周は約百日で寄港地での日数は約三十日、残り約七十日は船の中です。このため船の中でいろいろな行事の楽しみが重要です。いわゆる豪華客船は旅行会社が各種の企画をしますがここではピースボートと船客が実行委員会を作って企画実行します。

夏祭り当日、午前中は、ほぼ通常の活動です。私は深津高子さんのモンテッソーリ教育の話を聞きました。幼児教育の重要性で初めて聞くものでした。別の所では浴衣の着付け教室が開かれていました。浴衣の貸し出しや、乗船者の中で着付けの上手な人が指導していました。午後からイベント広場で色々な行事が始まります。フェイス

ペイントやヨーヨー釣り等があり、肝試しも行われています。夏祭りファッションショーや子供神輿もあります(子供連れの乗船客もいます)。パラシュートダーツは実行委員会の提案で吹き抜けの会場の上から投げ矢の代わりにパラシュートを落として的に当てます。ふわふわとして意外とうまい所に着地させん。



洋上夏祭りの横断幕には中国語、ハングルでも書かれていました。(右写真の一部を拡大)



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

## スタッフ募集中

見学体験大歓迎です！

斉藤 恭子 045-961-3786

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 ＊＊

\* 暑い暑いといっているうちに、虫の声が聞こえるようになりました。もう少しの辛抱です。

\* ひろがりサロンは今年で十九年になりました。今までスタッフとして活動した人が利用者側に回るなど変化があります。

順送りで上手くサロンを運営できたらいいと思います。

\* 今年の台風は例年にないコースです。大きな災害にならないように祈ります。

(高山)