

# 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：斎藤 恒子

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、新鮮なサラダを作りました。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、ペットボトル的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が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。平和は遠いものではなくこの様な身近な場所にこそあるものだと改めて実感しました。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	2025/01/06	誕生日会	03/03 誕生会
09/02 誕生会	11/11	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		

# 改めてよみこへ

泊り 育

六月下旬、ニ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、

念の為行つ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巿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つているが、階段の上り下りがスマートでない。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つたのでは

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つてきいていた。

そこで、「ひろがり」に立場が違う所から、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ひしたい。



# 外食会

齋藤 恵子

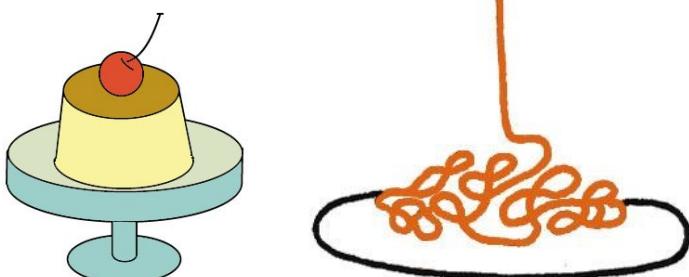
ひろがりサロンでは七月二十一日ランチ外食会に出かけました。

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。私たちは美味しい料理をゆったりとした雰囲気の中で楽しみ、お話をはずみました。



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した。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ぬ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し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、いざれ利用者になりたいと思つたぐらいです（笑）。

椅子に座つ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



# ヒンコード

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。イヤリングにネットレス、そして帽子。お洒落な装いです。

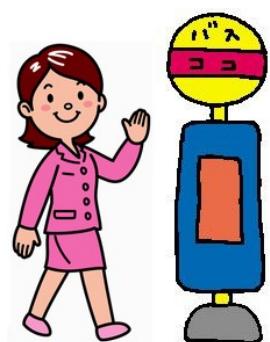
風食後は散歩に出でる人と  
お部屋に残つてトランプやゲー  
ムをする人に分かれます。盛り  
上がりお腹をかかえて笑う事も、  
ひろがりサロンをもつと多くの  
人に知つてもらひ、楽しい時間  
を共有できる場所になつてもら  
えたらと思います。自分はスタッ  
フとしてまだまだ未熟ですが、  
これからも続けていきたいと思  
っています。

「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けどね」とも話された。私は話を聴きながら「えりですね、素敵ですね」と、頷いた。

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、いざれ利用者になりたいと思つたぐらいです（笑）。

椅子に座つ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

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」は来年開設一周年を迎えます。出会って、語りあつて、遊び等を通じながら皆さんと共に「ひろがり」を創つ



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  
つ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つて企画実行します。

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。幼児教育的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す。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。



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)



夕方は盆踊りです。プールの有るデッキを全面使用して炭坑節や東京音頭を大勢で踊りました。意外とうまい所に着地しました。

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

## スタッフ募集中

見学体験大歓迎です！

斎藤 恭子 045-961-3786

ひろがりサロンは  
「あおばられあい助成金」  
「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 \*

- \* 暑い暑いといつているうちに、虫の声が聞こえるようになります。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なと思います。
- \* 今年の台風は例年にない一です。大きな災害にならないように祈ります。

(高山)