

和泉ふれあい通信

社会福祉法人 和泉ふれあいの家 (通所介護)
サンフレンズ

〒168-0063 東京都杉並区和泉 4-40-31

☎ 03-3321-4808 ファックス 03-3321-4845

メール izumi@3friends.or.jp

ホームページ <http://www.3friends.or.jp/>

2015(平成27)年1月25日発行 第55号 (奇数月発行)



大宮八幡宮で初詣。皆さんの健康をお祈りしました。今回引いたおみくじは「大吉」でした！

新年の「いあつち」

和泉ふれあいの家所長 飯田智志

新年あけましておめでと〜ございませう。
本年も和泉ふれあいの家をよろしくお願
い申し上げます。

今年の干支は未(ひつじ)。ひつじの特徴として、単独で行動するというよりは『群れ』をなして行動する事から「家族の安泰」を表すとされ、「平和」に暮らす事を表しているそうです。また、「未」は「味暖(まいあい)」の「味」と記され、①食物が実る②果実が熟した状態を指すと言われ、6月を指す「未」には作物が熟成する大切な時期でもあります。今年も介護保険制度の大きな改訂のある年でもあります。制度の改訂では、今まで馴染んだものから変化があることで皆様にとっても不安があるかと思えます。和泉ふれあいの家ではその不安に対し、より正確な情報をわかりやすく提供出来るよう努めてまいります。

今年も関係機関の皆さん、ボランティアの皆さん、地域の皆さんと共にこの和泉・方南地域でご利用者、ご家族の皆様を含めた地域の皆様と共に地域の安泰と平和を願いつつ「熟成」の準備の未の年を進めてまいります。そして、後の大きな実りとなるよう職員一丸となって頑張っております。

新連載「昔話をしよう！」第1回「お正月についての思い出」

今月号から「昔話をしよう！」が連載されます。これは、月一回、和泉ふれあい家で行われているプログラムの一つで、月ごとにテーマを決め、ご利用者の皆様が「懐かしい」と思われる写真とともに昔を振り返り、楽しくおしゃべりをする会です。今回は、そこででたお話を一部ご紹介いたします。

今回のお話は1月12日(月)に行われたものの一部です。

●お正月の遊び

- ・「昔は男の子と女の子と遊びは別だった。男の子は、めんこ、凧揚げ。女の子は、下の子の子守りをしながら羽根つきをした。その頃はみんな赤ちゃんをおぶって遊んでいた。」
 - ・「ベーゴマもよくやった。金属をグラインダーで削って、駒を低くして、強いベーゴマを作った。また、竹の先を割って、ベーゴマを挟んで、道路で削ったりもしたなー。ベーゴマに角をつけるとよく相手の駒を飛ばすことができてね。また、ひもを水でぬらすとよりきゅっと駒に巻くことができてね、勢いをつけてとばすことができた。布かばんをバケツの上にかけて、「チーチのチ！」と掛け声をかけてよくやっていたなー」
 - ・「お手玉もよくやった。足袋の留め金の『こはぜ』をいれると、いい音がしてね。また、一つだけに鈴を入れたりして、投げたら鈴の音がしてそれがよかった。」
 - ・「メンコは、四角いのと丸いのがあってね、丸いめんこは「マルメン」言っていた。」
- お正月の時は、近所の友達が集まり、みんなで遊んでいたそうで、その他にもかるた、すごろく、おはじき、竹馬、けん玉、ゴムだん(ゴムとび)もやっていたそうです。



●お正月の食べ物

- ・「年末は、とても大変だった思い出がある。お母さんは、おせちづくりに忙しく、私はお手伝いしてお母さんと昆布巻き、散らしずし、なますをつくった。12月30日になるとお父さんがもちをついて、お母さんが手返しをして。兄弟10人いて、わたしは、一番下だったからみんながやっているお餅つきを見ていた。ついたお餅は、大根おろしで食べてとってもおいしかった。」
- ・「昆布巻きは、子供たちがつまみ食いをして、正月にはあまり残ってなかった。お父さんの分しかなかった。昆布巻きもニシンが入っていないくて、ごぼう、人参しか入っていないなかった。ニシンが入っているうちは、お大臣！！！」
- ・「お正月は男が働く。昔はそういう風習があった。紅白なますは、男の人が作っていた。」
- ・「お雑煮になるとが入っているととてもご馳走だったのよ！」



昭和 20 年頃ののし餅を作っている風景です。大量に作っていますね！

今回はこの様なお話が皆様の間で繰り広げられ、「こんなこともあった、あんなこともあった」と話が尽きることなく、あっという間に時間が過ぎていきました。

お話をすることは、心身の健康にとっても良いと言われています。とくに、昔を思い出しながらの楽しいおしゃべりは、認知症予防につながることをご存じでしたか？

今回の記事を読まれて、ご家庭でも「そういえば・・・」と色々とその当時の楽しかったことを思い出していただき、昔を懐かしんで頂ければと思います。その当時のお写真があるとよりお話に花が咲くのではないのでしょうか？皆様からも取り上げて欲しいテーマや懐かしいお写真等ございましたら職員までご連絡下さい！

2月の楽座



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7 理美容
鬼退治ゲーム	鬼退治ゲーム	食事バババゲーム	射的ゲーム	買い物ゲーム	ローリングピンポン
絵手紙	昔橋をしよう	銭形平次	開いてカード	お雛様作り	鬼退治ゲーム
9	10	11	12 理美容	13	14
キャッチボールゲーム	ラフターヨガ	和泉初場所(紙相撲)	揃えて歌って	サイコロサッカー	カーリング
風船バレー交流戦	お雛様作り	書道	和泉ゴルフ	絵手紙	組み立て言葉
16 理美容	17	18 理美容	19	20	21
おそばに おいてね	声楽コンサート (小岩井さん)	ハーモニカ 演奏会	ピンポン 坊や	和泉初場所 (紙相撲)	やり投げゲーム
趣味の書道	野球ゲーム	狙い撃ち	お雛様作り	ボールで トンネル	サイコロ サッカー
23	24	25	26	27 理美容	28
亀の子 スライダー	足でポン 書道(水谷講師)	ストレス 解消ゲーム	ベスト3は これだ	そろえて うたって	明日天気 なあれ
曲あて クイズ	つりゲーム 俳句 (三品講師)	しりとり 大会	色合わせ	和泉 漢字検定	おやつ作り (桜餅作り)

- 理美容 7日(土)、12日(木)、16日(月)、18日(水)、27日(金)…ご希望の日の1週間前までにお申し込みください。
※月・水・土はカットのみです。
- 桜もちづくり 28日(土)、3月2日(月)3日(火)…10日はホワイトシチューを、11日はきりたんぼ鍋を皆さんで作
り、お昼に召し上がっていただきます。可能な方はエプロン、三角巾をご持参ください。

和泉ふれあいの家 最新情報

デイサービスの概要

定員
営業日
お食事
バス送迎地区

35名 (大規模I型、7~9時間)
月曜日から土曜日まで、祝日も営業
昼食、おやつ(味、楽しさに自信あります)
和泉1~4丁目、方南1~2丁目
堀ノ内1丁目、その他相談
毎日が大笑い、歌声が溢れる広場です。
音楽、俳句、詩吟、書道、手工芸、絵手紙、
大正琴、映画、ビーズ、調理、園芸、麻雀、
軽スポーツ、ゲーム、外出、外食、観芸、他
※春と秋には外出行事があります。
※理美容のサービスもあります
個別機能訓練計画に沿って実施
一般浴での介助入浴(1日12名)

活動内容

機能訓練 入浴

空き状況

平成27年1月15日現在

月	火	水	木	金	土
あと8名様まで	あと2名様まで	あと6名様まで	あと9名様まで	あと5名様まで	あと3名様まで

ご見学・お試しでのご利用大歓迎です。空き状況は常に変りますので、まずはお問い合わせください。電話 03-3321-4808

介護者の会ワイワイクラブ

いま介護している人も、介護をやりとげた人も、そして、これから介護にたずさわる人も…

和泉ふれあいの家の利用者のご家族有志の方々と地域の方々が力を合わせて、平成19年の12月に介護者の会**ワイワイクラブ**が立ち上がりました。この会に対し、和泉ふれあいの家は、毎月1回、第2木曜日の午後（12月は特別に）に会議室の貸し出しをする・会の活動を地域に宣伝する等のバックアップをしています。

現在あれやこれやと悩みながら介護にたずさわっているご家族、すでに悩みを解決したご家族、将来の介護を心配する地域住民の方…。**ワイワイクラブ**は、家族を介護している仲間として日頃の思いを語ったり、経験談からヒントを得たり、ホッと一息つきながら一緒にリフレッシュする場です。**和泉ふれあいの家を利用されている方だけに限定しない**地域に開かれた会ですので、参加は義務ではありませんし、毎回出席しなくても構いません。相談ごとがあるとき、ふっと気の向いたとき、ちょっと時間ができたときだけの参加も良し、また、お友達をつれての参加も大歓迎です。また**関係機関の皆さんも是非どうぞ**。お気軽にお立ち寄りください。※ご家族が会に出席するために通所介護（デイサービス）を臨時利用することも可能です。詳しくは、担当のケアマネジャーさん、あるいは和泉ふれあいの家にご相談ください。

次回のワイワイクラブは

日時：2月12日（木）、3月12日（木）（毎月第2木曜日開催）

※予約不要でご参加いただけます。途中参加・途中退席してもかまいません。

場所：和泉ふれあいの家3階会議室 **参加費：**200円/1回あたり（お茶菓子代）

和泉ふれあいの家2・3月開催予定講座

大正琴公開講座 2月「雪山賛歌」/3月「美しき天然」を弾こう

2月6日（金）、25日（水）、3月11日（水）27日（金） 午後1時30分から

「和泉ふれあいの家で大正琴が盛んなことは知っているし、興味もあるけれど、私はまだ介護を受ける程じゃないし…」そんなあなたに嬉しいお知らせ。月に2回、大正琴クラブを一般公開しています。参加費は、楽譜代・お茶代として1回300円。大正琴はこちらのものをお貸します（持ち込みも可）。また、楽器購入についてのご相談にも応じます。参加を希望される方はお気軽にご連絡ください。

公開音楽会「SONGS・みんなの声」を開催いたします！

古き良き時代の歌の数々を歌にまつわるエピソードを語りながらギター、ピアノ、アコーディオン等の「生」演奏で歌います。もちろん、ご参加の方々と共に歌いますので上手い、下手は関係なし。たくさん歌って、笑って元気になりましょう！参加費はかかりません。どなたでもご参加ください。

2月17日（火）『小岩井雅人さんの楽しい声楽』

午前11時15分～12時15分です。多くの方のご参加お待ちしております！

家族介護者教室のお知らせ

「忘れるってどういうこと？」～認知症介護のコツとヒント～その②

日時：2015年2月13日（金）13:00～14:30 **場所：**和泉ふれあいの家 **定員：**20名（先着順）

講師：NPO法人ともしび会理事、大宮ふれあいの家施設長 小林 善和 様

家族が認知症となりどう接して良いか分からない。認知症介護で分かっているけどつい戸惑ってしまう。そんな悩みを抱えているご家族も多くいらっしゃると思います。講師に大宮ふれあいの家の小林施設長をお迎えし、認知症介護のコツとヒントをお伝え致します。日々の疑問や悩み等など、皆様の「おもい」を共有する場としてお気軽にご参加下さい。認知症、その他介護に関するお悩みの解決につながるヒントが見つければと思っております。

お申込み・お問い合わせ先：和泉ふれあいの家 TEL03-3321-4808 **担当：**飯田