

ほっと・氷川台 デイサービスセンター だより 4月



ほっと・氷川台

〒179-0084
練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル1F
TEL. 5922-6577 FAX. 5922-6578
http://www.hotSPACE.co.jp
E-mail: h-day@hotSPACE.co.jp

デイサービスセンターより

桜も咲き、4月は入園・入学・入社スタートです。！！

新しい門出を祝福するように咲き誇る満開の桜のトンネル
私はいくつものトンネルを通り抜けてきた。

そして今『こんなはずじゃなかった』『こんなものじゃないの』と矛盾した私がいる。

ほっと・氷川台
デイサービスで想いを共有出来るご利用者様とのお話に前を向く元気をもらっています。

私事ですが、昨年11月氷川台駅で財布を落としました。あきらめ掛けていた今年3月、練馬警察署から電話が入り『落とし物が届いています』との連絡を受けて取りに行きました。このお財布は、昨年夏に他界した友人と交換した大切な物。帰り道『もう落とさないでね』と言う友人の声が聞こえたような気がしました。

介護士 中尾 弘子



花の会便り

住所：練馬区氷川台3-19-7井垣ビル2階
TEL：03-3933-8188



スポーツをすることは苦手な私だが、反面見ることは大好きだ。だから何気なくテレビを見るときスポーツ番組を探している。そんななか、冬季オリンピック、パラリンピックと続いた春先は、家にいるときはテレビ観戦を楽しむことが多かった。

片手だけのスティックをつきながら必死に雪原を走る選手、視覚障害の選手を気づかいながら必死に先導する健常者のスキーヤー、出場した五種目の競技(滑降・座位、回転・座位、大回転・座位、スーパー大回転・座位、スーパー複合・座位)全部で3位以内に入り、金一、銀二、銅三のメダルを獲得した21才の村岡桃佳選手的笑顔など、今思い出しても思わず涙が出そうになるシーンが多かった。大変な努力などという言葉で片づけられない月日があったのだろう。表彰台に立つ選手たちの笑顔を見ながらしみじみとそう思った。障害や怪我で身体に不自由な部分を持ちながらも身体を鍛え、各種のスポーツ競技に挑戦しつづける強い意志に身震いするほどの感動を受け、更に自分の生活を振り返るよい機会となった。

といいつつも、片づかない居間、遅れがちな手紙の返書など、積みあげてきた生き方はなかなか直らない。これも自分への甘えか。年だからなどと言わずまずは一歩から・・・反省しきりの原稿となりました。(依)

ほっと・ハウス・豊玉 だより 4月

〒176-0012 練馬区豊玉北5-8-19
TEL. 03-5946-4310 FAX. 03-5946-4311
http://www.hotSPACE.co.jp
e-mail: house@hotSPACE.co.jp



4月からの新料金です
1泊2日(日曜日3食付)7,700円~
1泊2日(平日 2食付)5,100円~
*平日の日中は通所介護利用
*詳細はお問い合わせ下さい

ご利用のお問い合わせお待ちしております。
〈担当者〉宮下・桑原

ほっと・ハウス・豊玉より デイサービスのご様子

少しずつ寒さが和らぎ、春の訪れを感じられるようになりました。桜も咲きはじめ、草花の芽も春を迎える準備をしています。

ほっと・ハウス・豊玉でも暖かく過ごしやすい日には外に散歩へ行くようになりました。利用者様も花を見たり、楽しくお話しながら散歩をしています。また花粉の時期でもあり、私達スタッフはくしゃみ、目のかゆみ等酷い日もある中、利用者様は元気良く歌の会や体操に参加されたりと活動的です。私達スタッフは利用者様から元気を頂いております。

また職員も新しい仲間が増え、益々活気が出てきました。利用者様にはやく名前・顔を覚えていただけるようがんばります。

現在施設内に八丈島伝統の凧、為朝(ためとも)凧というものが飾ってあります。一度施設見学を兼ねて見に来てください。



戦時中でも食べ物に困ったことはない、という美津子さんの結婚生活。戦後、ある日夫とケンカした美津子さんは知り合いを頼って一人で上京、人に勧められ新橋で居酒屋さんを買取りオーナーに。その後にあとを追って上京してきた夫君や、甥っ子さんと会社を立ち上げます。世の中は洋装の時代に移り、その服飾関係のお仕事は順調で、現在も一族で経営されているようです。転んで腰を痛めて入院された二年ほど前の104歳くらいまで、会社の敷地内にあるご自宅で気ままに一人暮らしをされておられました。その住み慣れた練馬の自宅に帰って、行きつけのお寿司屋さんにお友達(亡くなった同年代のお友達の娘さんたち)と行くのを楽しみに、そしてそれを生きるよすがに療養生活をされていましたが、最近、お孫さんのお住まいのある郊外の特別養護老人ホームに移られました。我が家で最後まで暮らすことのなんと難しいことか!

次回からは、別のボランティアの聞き書きをお届けします。



氷川台三丁目カフェ

～麻雀からおしゃべりまで～

～認知症予防に麻雀、花札などしています、介護家族の方も一息つきにどうぞ～

- 日時: 毎月第3土曜日、午後1時半から4時半のご都合のよいときにどうぞ
- 場所: ほっと・氷川台デイサービスセンター(氷川台3-19-7井垣ビル)氷川台駅2番出口徒歩5分
- 参加費: 200円(会場費、お茶代・チャイ、コーヒー、緑茶など)

連絡先: 寺田和子 ☎ 090-8772-9157(麻雀ご希望の方は2,3日前にご予約を!)



ほっと・ライフサービスより

CareTEX2018 介護用品展

桜の開花宣言が発表されたと思ったら雪が降って寒くなったりと体調管理が難しい時期です。そんな中、3月16日に介護用品展に行ってきた。今回の展示会も施設向けの介護用品やリハビリ機器など沢山出ていましたが、その中でも足を止めたのが歩行姿勢測定システムというものでした。設置された3Dセンサに向かって普段通りに歩くだけで全身の歩行姿勢を評価でき、しかも歩行年齢やバランス年齢、姿勢年齢など出せてしまうという面白いものでした。試しに私もやってみたのですが、実年齢より6歳も若い歩行年齢が出て姿勢年齢に関しては22歳も若い結果が出たので喜んでいたら横で一緒に行った四ヶ所兄弟がクスクス笑いながら「平本さん、右手と右足が一緒に出てたよ!」と言われ喜びも恥ずかしさで一気に消えてしまいました(;^ω^)

これからは普段歩くのもただ歩く!のではなく、意識して歩くように心掛けたいと思います。

《福祉用具レンタル・販売・住宅改修》
ほっと・ライフサービス 事務員 平本 敦子

(お問い合わせ先)

〒179-0084 練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2F TEL 03-6906-9171 FAX 03-6906-9172



ほっと・

ほっと・氷川台ケアプランサービス

ほっと・氷川台ヘルパーステーション

だより 4 月

〒179-0084

練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2F

TEL 03-5921-3190 FAX 03-5921-3191

http://www.hotspage.co.jp

e-mail: info@hotspage.co.jp

四月、新年度を迎えます!

卒業を終え、新たなスタートを始める新社会人や新入生たち。華やかな時を、満開の桜が華やかに彩ってくれます。やはり、春を迎えるこの時期、新社会人や新入生たちだけでなく、だれもがワクワクしてきます。花は咲き、鶯などの鳥たちも、にぎやかにさえずっています。

花粉症が気になりますが、外に出て、春を謳歌しましょう!

ほっと・ハウス・仲町より

桜の花も満開になり、陽もまばゆい季節になりました。ほっと・ハウス仲町も皆様のご支援とご指導を賜り、開設より4年目を迎えることができました。

日頃より、仲町を支えて下さるたくさんの方々へ感謝し、これかも更に入居者様にとって過ごしやすい施設にしていけるよう努めていきたいと思っております。

さて、3月の3日には、ひなまつりのイベントを行いました。8名のおだいり様と、12名のお雛様で甘酒を酌み交わしながら、施設のことや友人関係のことなど、いろいろな意見を交わしました。

話し合いの中では様々な話題が飛び交いましたが、皆忌憚りの無い意見を言い合ったことでより一層お互いの絆が深まったように感じられました。

最近では、入居者同士で将棋やカラオケを楽しむなど自然と交流も増えてきています。

こうした環境をより良いものにしていく為、職員一同4年目という節目を迎え、初心に戻り頑張っていきたいと思っております。

介護士 柳本久美子

(お問い合わせ先)

〒179-0083 練馬区平和台1-2-7 TEL 03-3932-1123 FAX 03-3932-1124



● 募集しています! ●

登録ヘルパーさんを募集しています

- 生活援助 時給 1,450円
- 身体介護 時給 2,000円

※他に移動手当、奨励金制度があります。

ほっと・氷川台ヘルパーステーション

練馬区桜台3-14-15 ルミエール102

TEL 03-5946-2911

FAX 03-5946-2912

● ご相談下さい ●

介護保険に関するご相談をお受けいたしております。お気軽にお声を掛けてください。

ほっと・氷川台ケアプランサービス

練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2階

TEL 03-5921-3190

FAX 03-5921-3191