

ほっと・氷川台 デイサービスセンター だより 10月



デイサービスセンター
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.hotspac.co.jp
E-mail: h-day@hotspac.co.jp

デイサービスセンターより

— 初めまして！ 看護師の豊田です —

ご利用者様、ご家族様初めまして。9月よりほっと・氷川台デイサービスセンターのスタッフの一員となりました。看護師の豊田です。よろしくお願ひいたします。

初出勤。不安と緊張で出勤すると、スタッフのみなさまは温かく迎え入れてくれました。そして、ご利用者様の到着。「おはようございます」とあいさつすると、笑顔で「おはようございます」とかえしていただきました。

バイタル測定をしながら一人一人のご利用者様にあいさつし、ご利用者様から「これからよろしくね」との言葉をいただいたとき、緊張が少しずつ和らぎました。今は、ようやくご利用者様のお名前、お顔がわかるようになりました。

これからも、ほっと・氷川台デイサービスセンターに来られた時はたくさん楽しんでください。

健康面などで何か気になる事などがありましたら、お気軽にご連絡ください。

看護師 豊田



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



8月は台風がいくつも本土に近づいたり上陸したりして、西日本を中心に水害が発生した。それが一段落と思ったら9月は北海道で震度「7」の地震が発生、地震に関連した山崩れで、40戸近い一つの部落が全部土砂に呑み込まれる被害も発生した。勿論日本は活火山帯に乗ったような島国であり、関東大震災（大正12年9月）、紀伊半島地震（昭和19年12月）、阪神淡路大地震（平成7年1月）と震度「7」から「9」の特大地震が周期的に起きているが、今年の8月、9月と続いた災害は、ちょっと異常と思われた。これが今年だけのことならまだ良いが、これから頻度ははげしくなり、毎年のように災害が繰り返されてはたまったものではない。

しかし私は時々この地球という惑星も少しずつ変化し、やがて爆発して宇宙の塵となって消えてゆくのではないかと思ったりする。勿論近未来のことではなく、何千年も何億年も先のことだが、その時人間は生き残れるのだろうか。その間には人類の知的水準も限りなく発達して、宇宙の別の星へとそれぞれ移動してゆくのか、そんなことを考えたりする。

真っ暗な星降る夜空を眺めながら、人類の何億年先を考えると、興味は次々と湧いてくる。人類の知識の成長とまったく先のわからない地球や宇宙に対する研究。その解決の糸口が見つかる時代に生まれたかったな。果てしない夜空を見つめながらそう思うときがある。ちょっと変かな。（依）

ほっと・ハウス・豊玉 だより 10月

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



ショートステイ料金
1泊2日（日曜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

9月22日（土）敬老会を行いました

壁には、利用者様の写真を貼ったり、昔の懐かしい俳優達を貼るなどタイムスリップして頂き、若かりし頃を思い出してもらいました。利用者様は写真を見るなり「あの人、〇〇さんよね」「あ～若い頃の俳優さん、思い出すわ」と・・・娘時代に戻る方もいました。天井からは、赤白の花（和紙で作った）を吊るし、お祝いムードを更に盛り上げました。当日は、大道芸人さんによる色々なマジック、バルーンアートを披露。利用者様は成功する度「あ～凄い!!!」と笑顔で楽しまれている様子でした。その後は、職員が作ったケーキ（紅白を基調にした）を大道芸人さん達と召し上がり「美味しいわ」と・・・楽しい時間は、あっという間に過ぎて行きました。

今年は、平成最後の敬老会になりますが、来年から新しい年号も利用者様がお元気で通所出来る事を心から願っています。



和歌のある人生(6) 夕食へさそいの電話かけくるる 娘の声に心おどりて

ホームの生活は、医師の回診、リハビリに出かける日、習字や体操など、毎日それなりに忙しい。そうであっても、息子や娘と食事に出かけるのは、なかなかの楽しみで、気晴らしです。

息子とは近くの和食か、フランス料理のレストラン。娘とは、中華レストランへ。エビチリ、フカヒレスープ、ショーロンポウ、娘は私の好きなものを5品ぐらい注文して、二人で分けていただきます。

話題は6歳のひ孫のピアノ、バレエ、水泳、英会話の報告、ひいおじいちゃん(亡き夫、春夫)にもらったクマのヌイグルミを「ハルくん」と呼んで可愛がっていることなどなど。心なごむひとときです。 河村幸子



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1・第3土曜日、午後1時半から4時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)

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!)



— イベントのご案内 —

血管年齢測定・骨密度測定もできます!(参加費無料)

住み慣れた地域で暮らし続けたい思いを支えたい!

日時: 10月12日(金)11時より 場所: 平和台体育館2F会議室

【講演内容】

- 13:20~13:35 「地域医療から地域ケアへ」練馬区医師会 伊藤大介会長
- 13:40~13:55 「口腔ケアと嚥下について」練馬区歯科医師会 市川弘之会長
- 14:00~14:15 「薬の正しい飲み方」練馬区薬剤師会 関口博通会長
- 14:20~14:50 「認知症の人と列車事故、そしてその後」朝日新聞 友野賀世

他に、福祉用具展示・測定及び介護相談など、介護者になっても住み慣れたこの地域(第2地区: 錦・平和台・氷川台・早宮)で暮らし続けることができる内容が盛り沢山! ぜひ、ご参加ください!



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 10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.hotspace.co.jp

e-mail: info@hotspace.co.jp

秋がやって来ました!

夏の暑さに育まれた梨・柿・栗やお米・野菜・きのこ。そして、遠くからやってくる秋刀魚・鮭などの味覚。「天高く、馬肥ゆる秋」。猛暑で疲れた体を回復させ、来るべき冬に備えるためにも栄養一杯の食物を楽しみながら味わっていきましょう!

ほっと・ハウス・仲町より

今年の夏は例年に無く猛暑日が続き過酷な毎日でしたが、さすがに9月半ばを過ぎると昔から言われているように「暑さ寒さも彼岸まで」過ごしやすいい日も増えて来ました。

仲町の皆さんも、今年の暑さは大変だったと思います。ご自分でエアコンの調整が出来ない方にはスタッフが対応し、脱水症で具合悪くなることも無く、ほっと胸をなで下ろしています。この夏から始めた朝のラジオ体操も好評です。自由参加のため、その日の予定や体調に応じて、皆さん楽しまれています。身体を動かすことで調子が良くなったり、食欲が出たり、と嬉しい効果も期待できます。また麻雀、カラオケ、将棋、ゲーム等も曜日を決め楽しまれています。

皆さんが生き活きと、変化に富んだ生活が出来る様、これからもサポートさせて頂ければ幸いです。

おだやかな秋も駆け足で過ぎゆき、また新たな年へと繋がっていきます。気候や体調変化に気をつけて、元気にすごして頂きたいと願っています。 施設長 伊藤 久子

(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 1,400円
- 身体介護 時給 1,900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