

# ほっと・氷川台

## デイサービスセンター だより 9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

### 支え合っていくデイをめざしていきます！

平成28年10月から「ほっと・氷川台デイサービスセンター」に通所され、約3年になるOさま、御年98歳になります。

通所当初は、とてもお元気で、歩行訓練でも100m歩かれたり、お食事もしっかりと完食され、週4日通われていました。今年に入ってから、ご自宅でベッドから起き上がれないと同居されている娘さんからお電話が入り、1週間ほどお休みになりました。今後どうするのか、ご家族、ケアマネジャー、私たちスタッフとの会議が開かれました。

身体的には、だいぶお弱りになっていますが、ご家族からは、ずっと自宅にいと、寝たきりになってしまう。それよりは、慣れている「ほっと」さんに行って、少しでも活動して欲しいとの要望があり、週2回になりましたが、通所を再開しました。

現在は、傾眠状態がありますが、耳元でお声掛けすると「元気よ～」 「大丈夫」と以前と変わらないお返事が返ってきます。私たちスタッフも、つつい嬉しくなって何度でもお話を交わしています。その会話は、スタッフだけでなく、他のご利用者様にとっても微笑みがでるゆったりとした空間を提供してくれます。

お食事もペースト状のものになりましたが、ゆっくり味わうように食べてくれます。車椅子ではありますが、他の利用者さまと一緒に公園に行き、立ち上がりの練習もします。お風呂にも入っていただきます。

「ほっと・氷川台デイサービスセンター」にとって、Oさまはアイドルのような存在です。これからも、Oさまにとって居心地の良い環境をつくり、いつまでもお元気で通っていただけるようにスタッフ一丸となって、支え合っていきたいと思ひます。



## 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



大学を出て通信社に入った私は演劇担当記者になった。当時東京の「演劇記者会」で女性は一一人。「舞踏記者会」でも女性は一二人という時代。「じゃすごくもてたでしょう」という友人に聞かれたことがあったがとんでもない。ニュースを抜くか抜かれるかの世界だから記者同志のつきあいはきびしかった。

その後結婚、「ミセス」の編集部に移ったが、二人目の子供が出来たのを機会に仕事は止めた。当時は現在ほど保育所の設備なども整っていなかったの迷いはなかった。苦手の家事をどうにかこなし、子育てを楽しんだ。

文化服装学院で出版している「ミセス」の入社試験は15人の応募に1500人が集まる倍率百倍の厳しいものだっただけに、辞める時はちょっと悲しい気分だったが、自分で決めたことなので後悔はしていない。

何だか今月の「万華鏡」は自分の思い出史みたいになってしまったがご容赦ください。年齢を重ねると、時々昔のことを思い出します。すべて思い通りというわけではなかったが、しかし、幸せな人生だったと思っている。(依)

## ほっと・ハウス・豊玉 だより 9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



ショートステイ料金  
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

8月は、暦の上では秋でも、まだまだ暑さが厳しい時です。早く秋風を吹くことを望んでいます。そんな中でも利用者様は、元気に通所され、頑張っています。スタッフもそれにお答え出来る様に、色々なレクリエーションを考えたり、ボランティアさん達によるレクリエーションなどで、少しでも暑さに負けないように、楽しんで頂いております。特に紅白玉入れは、昔を思い出しながら、笑顔で楽しまれ、利用者様の中には、時間が来てもボールを籠に入れて、ちょっとごまかしたりと・・・お茶目な一面も見られたりしました。



お手玉数字的当てゲーム  
自分が言った数字に上手く入れて、高得点は取れたかな？

幼日の湯上り母のふりくれし天花粉の香に似る夕顔は

私の部屋には、看護師さん、薬剤師さん、たくさんの方が訪れ私を支えてくださいます。必ずお名前を聞き、ご挨拶をします。ある看護師さんは旧友と同じお名前。「まあ私の親友と同じお名前」と思わず手を取ると、小学校、女学校そして戦時に動員されいっしょに働いた紡績工場まで、次々と親友の笑顔が蘇ります。紡績工場の綿ぼこりで二人とも、肺を痛めたのに、苦しいことは忘れて、いいお顔ばかり。さっぱりしたほんとうに良い方たちでした。

四人兄弟のなかで女は私ひとりで、家族みなから可愛がられて育ちました。いやな思い出のない子供時代、なんと恵まれていたのか。よき思い出だけを大切に、温かな気持ちで過ごしていきたいと思っています。 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！)



練馬区第2地区介護事業所地域連絡会より

— 住み慣れた地域で暮らし続けたい思いを支えたい —

介護事業の充実を図っていくために、厚労省は「地域包括ケアシステムの構築」を推進しています。地域社会で活動する多くの方々との連携を創りあげていくことです。一昨年、錦・平和台・氷川台・早宮地区のいわゆる第2地区エリア内を中心にその主旨に賛同した介護事業所が集まり、練馬区第2地区介護事業所地域連絡会を設立しました。ほっと・すぺーすも参加しています。そして、昨年開催しましたが、今年も練馬区との共催で、以下のようなイベントを開催します。介護を中心とした地域の様々な現状をご覧にいただくとともに、「住み慣れた地域で暮らし続けたい思いを支えたい」社会を作りあげていきたいと考えています。

記

- 日時：10月11日(金)13時から17時まで
- 場所：平和台体育館2階会議室
- 内容：血管年齢測定、骨密度測定、福祉用具展示、各種講演会など(入場無料)
- 連絡先：ケアサービス伊東 (TEL:03-3934-1282)



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 9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

爽やかな季節になりました！

今年の夏は、時間的には短いものでしたが、昨年同様に、「酷暑」でした。出掛けるのも遠慮していた方々も多いのではないのでしょうか？充実の秋、稔の秋がやって来ました。爽やかな気候に任せて、いろいろなところに行ったり、美味しい食べ物を食べたりして、いままでのうっ憤を晴らしていきましょう！

ほっと・ライフサービスより

7月27日(土)に、練馬区薬剤師会主催の「健康フェア」に、北町地域包括支援センターの方と一緒に参加してきました。前日まで台風直撃との天気予報!、どうなることやらと冷や冷やでしたが、主催者側の思いが通じて、当日は見事な晴天となり熱中症危険指数がうなぎのぼりの中での開催となりました。

「ほっと・ライフサービス」として福祉用具を展示させていただき、福祉用具の体験・使用方法などを説明させていただきました。

【車いす(自走式、介助式)、歩行器、四点杖、手すり、シルバーカーなど展示】今回は、介護保険未利用者やご家族、障害をお持ちの方、現役薬学部学生、中学生など多岐にわたっており、中学生や薬学部学生などは車いす体験を行っていただき、初めての体験を通して貴重な経験になったものと感じております。

今後も地域活動へ、積極的に参加していきたいと思っております。

福祉用具なんでも電話相談、受付中!!

☎:03-6906-9171

介護に関すること、福祉用具に関すること、住宅改修に関することなど  
どんなことでも、お電話ください!福祉用具のプロが対応致します。

(お問い合わせ先)

〒179-0084 練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2階 TEL03-6906-9171 FAX 03-6906-9172



都市型ケアハウス

ほっと・ハウス・仲町

(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

● 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

〒179-0084  
練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2F  
TEL 03-5921-3190  
FAX 03-5921-3191

● 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 1,500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

〒176-0002  
練馬区桜台3-14-15ビル102  
TEL 03-5946-2911  
FAX 03-5946-2912