



今年も完成しました！

今年の干支である「寅」の壁画を、お花紙を丸めて、昨年の11月頃から制作し始めました。ティッシュペーパーを丸めて、その上から色のついたお花紙で包み、丸い玉にしていきます。ある程度玉が出来上がったら、下絵に貼っていく作業が始まります。ポンドをたっぷり塗って玉を一つ一つ貼っていきます。手を動かしながらおしゃべりしたり、歌を口ずさんだりと、なかなか忙しいです(笑)。

この玉はペットボトルの蓋ぐらいの大きさです。完成品は90センチ四方の大きさなので、だいたい900個程の玉を使用しています。丸めても丸めても何かしらの色の玉がたりなくなり、ご利用者様の皆さんに「丸めて下さい！」とお願いすると、「これは何になるの?」「こんなに丸めてどうするの?」と言われます。しかし、遂に完成して壁画が立てかけられると、「凄いいね!」「可愛いトラだね!」など感動の声が飛び交いました。皆さんと一緒に作品を作り上げ

た時の達成感は言葉では言い表せません。地味な作業ではありますが、これからも指先を動かしながら楽しい時間を過ごせたらと思います。

今月の2月4日は立春。どんなに寒くても暦の上では「春」です。と言ってもまだまだ寒い日が続きます。氷川台デイサービスでは、冬場でも換気の為に出入口を数センチ開けて過ごしています。時には隙間風が入ってきますが、体操で身体を温め、また、笑い合う事で免疫力をアップし、この冬を乗り越えていきたいと思えます。

生活相談員 竹治 恵美子



第2地区介護事業所地域連絡会より 「保存版あなたのあんしんマップ」を作成しました!

「地域の介護事業所として、地域で顔の見える関係づくりを行い、地域の高齢者等に対してよりよい介護サービスを提供し、地域に貢献することを目的として、設立した当会ですが、今年6年目を迎えることになり、この度、あんしんマップを作成しました。A3サイズとなります。

ご希望の方には、ご提供いたします。下記まで、お問い合わせください。

ほっと・氷川台ケアプランサービス
氷川台3-19-17井垣ビル 2F

03-5921-3190

平日 10時から 15時まで



ほっと・ハウス・豊玉 だより2月

毎月1回体力測定をしています

ほっと・ハウス・豊玉では、月1回理学療法士による体力測定を実施しております。日頃、頑張っている機能訓練の成果をご利用者様自身が実感できる瞬間です。

先月よりも早く歩行することが出来るようになったご利用者様や先月よりも長い時間、片足立ちが出来るようになったご利用者様もいらっしゃいます。

これからもご利用者様の健康をサポートできるように日々恵を絞っていききたいと思います。

管理者 唐沢咲枝



初恋ご披露で、6年目が始まりました

3丁目カフェは、消毒、換気を徹底しながら、6年目を迎えた。新しい参加者を迎えたことで、去年の暮れ、自己紹介しなきゃという会員の提案が出た。すかさず、麻雀師匠のひとこと「自己紹介のテーマは初恋」。

師匠の宣言とあれば逆らえない。「はい、暮れから正月にかけて、思い出しておきます」と弟子たち。その約束どおり、みなさん少し早くいらして、新年のカフェは「初恋カミングアウトの自己紹介」から始まった。「かわいい子で」「頭が良くてハンサムで」「でも言えなくて」「先生に憧れて」小、中学生のころ、同級生に、上級生に、先生に憧れて、憧れて、胸トキメいて、という甘酸っぱい思い出が語られる。ただひとり、「職場でした」という方。「まあ～～」「はあ～～」と感心していると「伴侶です」。

初恋を貫いてご結婚という方がおられて、思わず拍手！！初恋をサラッと語り「言えなかったなあ」と遠くを眺める、そこに共感するいい仲間たち。なによりみなさん無事であつまれることが嬉しい。「さあさ、麻雀！麻雀！」2卓に散って新春の勝負が始まりました。

氷川台3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） ※中止の場合があります。ご連絡ください。
- 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！）

トピックス

練馬区長選、現職対新人の1対1の戦いか？

4月17日(告示は4月10日)に投開票が行われる練馬区長選ですが、1月27日に無所属新人の吉田健一さん(54才)が出馬表明をし、すでに出馬表明している現職で3期目を目指す前川あきおさん(76才)との一騎打ちの戦いになりそうです。

前区長の死去により、統一地方選ではなく、単独選挙になりましたが、この間、2回の選挙の投票率は31%台で、有権者の1/3にも満たない低投票率でした。

また、多数の候補者が出馬し、争点が明確にならない面もありましたが、今回は久々に、1対1の戦いです。

コロナ対策だけでなく、ポストコロナの社会の在り方をどう切り開いていくのか、これからの練馬を占う大事な選挙です。各陣営から、政策などがチラシなどで配布されます。大いに関心をもっていただければと思います。なお、今回も同時に、区議補選(定数2名)も行われます。

この情報はASA平和台のご協力を頂いています。

ほっと・すぺーす だより

vol.186



定員24名
ほっと・ハウス・豊玉
 デイサービスセンター
 住宅型有料老人ホーム
 ☎ 5946-4310

定員20名
ほっと・ハウス・仲町
 都市型ケアハウス
 60歳以上の自立者入居施設
 ☎ 3932-1123

ほっと・氷川台
 ケアプランサービス
 居宅支援事業所(ケアマネ4名)
 ☎ 5921-3190



定員14名
ほっと・氷川台
 デイサービスセンター
 ☎ 5922-6577

定員20名
ほっと・ハウス・今神
 都市型ケアハウス
 60歳以上の自立者入居施設
 ☎ 6906-7670

ほっと・ライフサービス
 福祉用具レンタル・販売・住居改修
 ☎ 6906-9171

介護認定を受けていなくてもご利用頂けます！

最近、「介護認定を受けていない方」からの相談が増えています。「まだ介護認定は受けていないが、退院するので、介護ベッドを使いたい」「車いすを借りたい」「手すりを借りたい」などなど、...

「介護ベッド・車いす・手すり」などは、在宅に戻って生活に特に必要なものになります。

ほっと・ライフサービスでは、介護認定を受けていない方でも、安心してすぐにご利用して頂けよう対応しております。

「介護ベド一式(最新ベッド・マットレス・サイドレール)」は月額1,500円、「車いす」は1,000円にて提供させて頂いております。

これらの福祉用具をお使い頂くことで、身体への負担を軽減させることができ、安全に安心して就寝することが出来ますので、自立の方でも、未介護認定の方でも、お気軽にお問合せして頂ければと思います。

ほっと・ライフサービス管理者 滝沢英昭



福祉用具 なんでも相談

お問い合わせ
03-6906-9171