

2022年 8月号

ほっと・氷川台
デイサービスセンター
だより 8月



ほっと・氷川台
デイサービスセンター



よろしくお願ひ致します!

今年五月から週二回のペースでお世話になっております、看護師の小田切あかりと申します。こちらでお世話になる前は、病院・障害者福祉施設・保育園・医療的ケア児の通所施設等で働いてきました。

そして、今回こちらの「ほっと・氷川台デイサービスセンター」で働くようになって、一つ気付いたことがあります。それは、老年期になってもまだまだ夢や目標に向かって成長を続けるという事です。

例えば、城北中央公園での歩行訓練では、「少しでも身体を動かすことが大切だね」「外は空気も美味しいし、次にどんな花が見れるか楽しみなんです」など、前向きな姿勢や、

次に向けた思いが良く聞かれます。

また、毎日様々な脳トレをしているのですが、皆様まるで学生時代に戻られたような生き生きとした表情で、和気あいあいとした雰囲気が広がります。スタッフ共々、「あれ?なんだっけ?」と笑いが広がり、「次は頑張ろう!」というお声が聞かれます。

このようなご利用様の日々の姿から、人はいつまでも人との関わりの中で成長を続けていくという事を痛感するとともに、自分自身もご利用様の前向きな姿勢を見習わせていただきたいと思います。

コロナ禍で、まだまだ油断できない社会状況ではありますが、出来る限りの感染対策をとりながら、ご利用様・ご家族様にとって安全・安楽な「ほっとできるセンターとしての役割を果たせるよう、スタッフの一員として努めて参りますので、今後ともどうぞよろしくお願ひ致します。

看護師 小田切 あかり

万華鏡

〒179-0084 練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2F
TEL.3933-8188



朝起きて食堂の椅子に坐ると朝刊が置いてある。ここ数ヶ月あまり、一面のトップはコロナの拡大か、ロシアのウクライナ侵攻による戦争の話題ばかりで読むのもつらくなる。ところが19日夕刊の一面には4段抜きで2014年のソチ五輪、2018年の平昌五輪、のフィギュアスケートで二連覇を果たした羽生結弦の笑顔の写真が出ていて思わず楽しくなった。内容は競技者人生を卒業してプロに転向するというので、ちょっと淋しい気もしたが、彼には彼の人生もあり、再出発を祝って見送りたい。

それにしてもスポーツ選手の生活はずいぶん厳しいものだと思う。練習はまず身体を鍛えること。その上で競争相手を倒さなければ勝ちにはつながらない。勝負がはっきり人生を分ける。その点一般の会社や商店ではそこそこでも仕事は成り立つ。1位を目指す必要はない。そこそこ働けばそこそこの生活が出来、そこそこの人生も楽しめる。しかしスポーツ選手は勝つこそ、トップに立つこそ、良い評価を受ける。たいへん厳しい世界だと思う。

そう思うと普段「勝った、負けた、とテレビを見ていた自分が何か申し訳ない気持ちになってきた。しかし人生にはまだまだきびしい世界もたくさんあることだろう。羽生結弦の1枚の写真から人生について考えた。今更とも思うがちょっとだけ人生に向き合った日だったのかも知れない(依)

ほっと・ハウス・豊玉 だより 8月

七夕まつりを行いました

ほっと・ハウス・豊玉デイサービスセンターでは、7月7日に七夕まつりを行いました。笹に短冊や輪飾りなどご利用様と一緒に作り、一緒に飾りつけをしました。

七夕まつりは、幾つかのお菓子の中から好きなお菓子をご利用様自身で選んでいただきました。みなさん「どれにしようかなあ〜」と楽しそうに選んでいただきました。ご自身で選んだお菓子を召し上がりながら、スタッフのピアノ演奏とギター演奏でおやつの時間を過ごしていただきました。

ほっと・ハウス・豊玉デイサービスセンターでは、これからもご利用様と一緒に「小さな幸せをたくさん!」をモットーに色々な催し物をしていきます。お時間のある方は、是非見学にお越しください。お待ちしております。

管理者 唐沢咲枝

お問合せ先:ほっと・ハウス・豊玉デイサービスセンター
TEL:03-5946-4310



いちばん幸せ

「エイジング」これは加齢。「パラドックス」は逆説とか逆のできごと、ふたつあわせて「エイジングパラドックス」つまり、老いてなおハッピーな人々。

病気がちになり、あちこち痛い：行動の制限

記憶力が低下、字を書くのも下手になって、おしゃれも億劫：コミュニケーションが困難

未来に希望は持てないし、親友も親戚も欠けていって寂しい。不安で心細い：心理的困難

この3大困難を抱えて加齢は辛いはず。しかし、「リウマチでも杖ついて高山植物見てきたよ。サイコー」「ひとりで、自由だわ。いまがいちばん楽しい」「もっとひとに優しくしていきたい」という方に先週も昨日も出会った。

「限界を受容して、死に対して恐怖心より受け入れる気持ちになり、利己主義からはなれて、若い人や弱い人に優しくし、人間関係を深くして、超越的次元に移行する」というのが心理学的な解説。これって仙人か？ しかし、私が出会ったのは、ごく普通のおじさん、おばさんたちですよ。

小川 陽子

認知症予防 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

子どもの居場所づくり「氷川台のだるまちゃんち」通信 その4

だるまちゃんちは、「ほっと・氷川台デイサービスセンター」（氷川台3-19-7）の場所をお借りして始めた子どもの居場所です。毎月第三日曜日の午後1時から5時に開催し、誰でも無料で遊びにこれます。以下は7月17日の報告です。

湿度が高くそこそこ暑い中、6名のだるまちゃんちキッズが遊びに来てくれました。前半は各々が持ってきたソフトでswitch大会、こちらで用意したマリオカートやスマブラもなかなかの人気でした！

折り紙で素敵な作品を作ってくれたのは、三年男子のS君の妹、Kちゃんでした。

後半はカラオケで盛り上がりました！皆んなで声を揃えての「うっせえわ」は聞きごたえありました！！

今回は8月21日(日) 13時から17時です。

元気なちびっ子、ぜひあそびに来てちょ！



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.192



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

ほっと・ハウス・仲町 施設長就任のご挨拶

輝く太陽がまぶしく、夏の到来を感じさせる季節となりました。皆様におかれましては益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。

この度、六月より「都市型ケアハウス ほっと・ハウス・仲町」の施設長として着任いたしました信原知之と申します。よろしくお願ひ申し上げます。

さて昨今の急激な社会情勢の変化の中、介護業界全体の社会的役割は益々増大してきております。このような変化へ対応するため努力を惜みません様々なことにチャレンジしていく所存です。

ほっと・ハウス・仲町は8年目を迎えました。今後も理念を守り、しっかりと社会全体と向き合い、利用者の皆様に「安心・安全な生活の場」「愛され信頼される施設」を目指しサービスの一層の充実を図り、利用者の皆様が地域で豊かに生活できるよう全力で支援してまいります。

また、関係諸機関、関係施設・団体等をはじめ地域の皆さま方との連携を深めながら、地域のニーズに応える質の高いサービスの提供と共生社会の実現に向けた地域貢献へ職員一丸となって努めてまいります。

前任者同様、引き続き、ご指導・ご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

ほっと・ハウス・仲町
施設長 信原 知之(のぶはら ともゆき)

