



桜と笑顔

今年も桜の季節になり、ほっと・氷川台デイサービスセンターの施設の先には石神井川があります。川に沿って桜が立ち並び、満開になるとたくさんの方が写真を撮ったり、桜を見ながらホッとされている方も…。

その中には私達デイサービスのご利用者様も癒されています。

四季の中でも特に桜の時期のご利用者様の笑顔は桜に負けない程の満開の表情です。

介護スタッフ・生活相談員 平津 知加予



万華鏡

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



毎度毎度で恐縮だか、今月もぎりぎりになってなお、何を書こうかと悩んでいた、参考になればと新聞を開いてみるが、トランプさんがどうしたこうしたと、毎日同じような記事ばかりである。そもそも彼が乱暴なやり方を好むのはわかっていたことだし、相互関税の仕組みもよく理解できていない。

スポーツ界に目を向けると大谷さんに第一子誕生のニュース一色だが、これは「おめでとうございます!」という感想くらいで、やはりいまひとつピンとこない。

弱ったなあと考えているところに、ちょうど弟が遊びにきてくれた。これ幸いといろいろ質問したら、現在の最大の関心事は「健康」だそうだ。なるほど、そりゃそうか。彼とは10歳近く年が離れているが、男性の平均寿命はとうに越えている。ところが今でも予定のない日は月に数日しかないという。卓球にテニスに太極拳、他にもいくつか手を出しているらしい。そんな彼によると、何をやるかよりも、誰とやるか、要するに仲間が大切なんだとのこと。なるほど!

わたしのカレンダーには週に2回の予定が書き込まれている。こちら、ほっと・ハウスに通う日だ。わたしにも「仲間」がいるじゃないか。みな同じことを考えているわけじゃないかもしれないが、みな同じように仲間を求めている。支えてくださるスタッフの方たちもいる。仲間との時間を大切にしなくちゃ!(依)

第2地区介護保険事業所地域連絡会メンバー紹介 ⑩

ダスキンヘルスレント練馬ステーションは、2007年9月に氷川台にオープンし、今年の9月で19年目を迎えようとしております。私たちは、「福祉用具のレンタル」「介護用品・福祉用具の購入」「住宅改修取次」を提供しております。

「福祉用具のレンタル」

は、車いす、松葉杖、電動ベッド、歩行器といった商品を介護保険にて利用されている方もいらっしゃいますが、怪我や旅行など短期間のレンタルをされるお客様もいらっしゃいます。

「介護用品・福祉用具の購入」

で多く購入いただいているのは、くつになります。外出用・室内用と用途に応じて様々な種類がございます。また、足のむくみが強い方もいるため、商品によっては、横の幅を広くした商品もご用意があります。左右大きさの違う方も片足づつ購入が可能です。

「住宅改修取次」

は、手すりの取り付け、段差や傾斜の解消、滑り止め床材の変更など、7項目が介護保険の住宅改修工事として認められております。

福祉用具を活用することで、ご利用者さまがおひとりでできることが増え、生活の幅が広がること、介護されている方の労力が軽減することをめざしています。住み慣れたご自宅で安心して生活ができるように、ご利用者さまや介護される方の日常生活を支えられるように頑張っております。



ダスキンヘルスレント練馬ステーション
副店長 相馬 僚介



スマホができない

万博に行きたいとはしゃいでいたけど、スマホがチケット代わりと聞いて、「じゃダメだわ」とやめた友達。「ガラケーで電話だけでいい」と頑固なひと。「いやあ、同窓会の知らせもラインになってね」と仕方なく、スマホに移行した人。いまや人付き合いにもスマホが必要な、高齢者受難時代だ。

いっしょにウクレレ習いに行こうと、小学校の同級生と約束したけど、予定や出欠がすべてライングループと聞いて友達、「私が行けないときは代わりに連絡してよね」と、のたまう。

えーっ。そんな面倒だし、自立してもらわねば困る、と調べたらアルアル。「初心者向けスマホ相談室があちこちに展開しているのだ。友達の近所にもあったので、さっそく教えた。もちろん有料。

行ってきたと電話をくれたが友は上機嫌。「区の相談室もあるけど、あそこは聞きたいときに行けるし、切手代と思えばいいのよ」とルンルン。相談料は高いんじゃないのかなあ?「値段はそれなり。でも若いイケメンさんがね、親切に教えてくれるのよ、行くのが楽しみ〜」

そうなの〜? はーい、了解です。

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！）



子どもの居場所づくり

「氷川台のだるまちゃんち」通信 NO.34

来たね来たねー

今日は久しぶりに15人越えてした!

2025年4月13日(日)、「ほっと・氷川台デイサービスセンター」をお借りして60回目となるだるまちゃんちを開室しました。今日は16名の子もたちが遊びに来てくれました。

お昼ご飯は、白飯、鶏肉卵とじ(親子丼)、きんぴら牛蒡、溶き卵のお汁でした。親子丼は人気で何杯もおかわりする男子がいました!

お天気はあいにくの雨。6年生は例によって、switchのゲーム。3年生以下はけん玉をしたり、お絵かきしりとりをしたりとあそびの種類も色々。

おやつはフレンチトーストと揚げパン、そして塩むすび! お米はいくらあっても足りません。

5月のだるまちゃんちは11日(日)と25日(日)で一す。

みんな、来てねー、楽しく遊ぼう!!!



vol.225

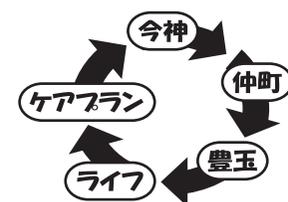


地域の仲間と一緒に活動していきます!

介護事業所が大変厳しい環境に置かれています。定員18名以下の地域密着通所介護所の利用率は練馬区全体で50%台であり、とても経営を維持することは難しい環境にあります。そこで、練馬区も新規の地域密着通所事業所を認めないなど、積極的な縮小策に取り組んでいます。通所だけではなく、訪問介護も、働き手不足などで厳しい環境にさらされています。

2025年度問題と叫ばれ、昨年度で、団塊の世代すべてが、75歳以上となり、今後、介護需要は高まると言われ、行政は、その準備を進めてきましたが、現実には、その動きとは反対になってきています。そのような環境ですが、地域で活動する小規模な介護事業所が生き残ることは、地域社会にとって、極めて大事なことです。そのためには、共同化して、経営の合理化を進めていくことしかないと確信しています。

株式会社ほっと・すぺーす 代表取締役 沖山 一雄



ほっと・すぺーす 各事業所リレートーク

地域交流 ～はじめましたあ～

当事業所は練馬区豊玉で開所し今年度に20年を迎えようとしています。以前は、傾聴・書道・音楽演奏・紙芝居など多くのボランティアの方を招き、ほっと・ハウス・豊玉と一緒に盛り上げていただきました。

現在は月曜・水曜に水彩画の先生にボランティアで来ていただき、利用者様が参加しています。「絵を描くなんて子供のころ以来です」なんて方も先生と一緒に描くテーマを考えたり、上手に見えるコツを教わり水彩画を仕上げたりと、大変好評を得られています。

今回は利用者様のお話に耳を傾けてくれる方や将棋の対局をしてくれる方、書道を教えてくれる方など、ボランティアで来ていただける方を募集いたします。

ご興味がある方は是非一度ご連絡をください。お待ちしております。

電話番号: 03-5946-4310
担当者: 末木 雅人

