

# ひだまり 第70号



発行 特定非営利活動法人ワーカーズかすがい

〒487-0033 春日井市岩成台 10-2-10 TEL (0568) 95-3510 FAX (0568) 95-3514

<http://workers-kasugai.net/>

[info@workers-kasugai.net](mailto:info@workers-kasugai.net)

## 旧藤山台東小施設活用のワークショップに参加して

高蔵寺ニュータウンといえば、連想ゲームのように高齢化して年寄りが多い、買い物に皆が困っている、空き家が多いなど・・・なにかしら後ろ向き、暗いイメージで語られることが多いようです。でもご存知でしたか？今、新しい取り組みが始まっています。藤山台地区にある小学校の統合が行われ、平成28年4月には**新藤山台小学校**が開校します。それに伴い旧藤山台東小学校と西藤山台小学校が空き施設となります。そこで第1弾として、「旧藤山台東小学校施設の改修設計に係るワークショップ」の第1回目が、9月26日(日)に開催されました。

子育て中の若いママから働き盛りの男性・女性、そして私のようにずっと暮らしてきて、これからもニュータウンに住みたいと思っている24名が参加しました。



施設改修に際しては**利活用する**という原則はありますが、学校探検をした後、施設を①期待すること、②気になること、③今後も使えるものなどに整理してアイデアをそれぞれ出し合い、将来への夢の実現に向けて白熱した3時間を参加者全員が共有致しました。

今後あと2回行われますが、情報発信とご意見をいただくための「かわら版」が発行されます。生まれ変わった施設がオープンするのは、少し先の平成30年以降とのこと。新しい取り組みにより高蔵寺ニュータウンが、もう一度転入(ニュー)タウンとして住みたい街になることに期待しています。

理事長 森長節子

### ご協力ありがとうございました

先日、イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン(2015年3月~8月)の結果が届きました。期間中にマックスバリュ春日井坂下店の当法人名の箱に、地域のお客様から222,818円分の黄色いレシートの投函があり、1%相当額の2,200円分のイオンカードを頂けることになりました。

東部ほっとステーションで使う紙コップ等の購入にあてさせていただきます。地域の皆様のご厚意に感謝申し上げます。

### 東部ほっとステーション

#### 開設4周年イベントを開催

9月27日(日)に運営協議会主催の4周年イベントが行われました。当法人も活動8団体のひとつとして



お手玉あそびの会、ひだまりサロン、街の福祉相談所の3事業について参加の皆様に活動の紹介を行いました。

## あせらずコツコツと 取り組んでいます



ひだまりハウスで言語聴覚士の仕事をして1年になります。理解度や認知に個人差はありますが、利用者様のできること、ちょっと頑張ればできそうなことに取り組んでいます。具体的には、発声に問題がある方には音読や発声練習を、飲み込みが苦手な方には嚥下訓練を行っています。また簡単な計算や、漢字の読み書き、間違い探しなどの脳トレを中心に日々訓練しています。皆さん嫌がらずに頑張っており取り組んでおられます。中には、何の検査をするのだろうと緊張なさる方もあるので、天気や体調の話をしたりして、なるべくリラックスしていただけるよう心がけています。


食事の前には必ず嚥下体操を行います。口唇や舌、首回りなどを動かすことによって誤嚥を防止する効果が期待できます。訓練では前回できるようになったことが、今回できなくなったということもあります。あせらずコツコツと進めていきたいと思えます。

(デイサービスひだまり言語聴覚士・楠)

## 頑張らない介護をしています。

### <父も楽しんで生き、私も楽しんで生きる>

私は、15年間ワーカーズのヘルパーとして働いていましたが、2年前に義父母の介護のために止む無く退職しました。そして、1年前に母を看取り、現在は同じ敷地内に住む90歳になる父の身の回りのお世話をしています。最初のころは、制限された生活の中での息苦しさを感じていましたが、今では、これも自分の天命だと開き直りつつあります。父の体調も安定し自立した生活を送ることができるようになりましたので、介護の目標を<父も楽しんで生き、私も楽しんで生きる=頑張らない介護>にしようと考えました。

まず、家族としての私<嫁>の役割は、父にとって安心出来る環境を整え、自分の好きなことをして暮らしていただくこと。この一点に尽きると思い、大事なことは、全てメモを書き渡すようにしました。そして、父が外出しない分、様々な人を家に招き風通しをよくしています。週1回の訪問看護師さんによる健康管理、近隣に住む娘たちの訪問、可愛い孫やひ孫の訪問、そして私の友人、時には外国人の方も来ます。皆さんが父に対して優しく声をかけてくれることに感謝しています。このことは、介護者である私の環境も明るく楽しいものにしてきています。

最後に、私がこよなく愛し尊敬しているターシャ・テューダー

(絵本作家・園芸家)の魔法の言葉を介護している皆様にプレゼントします。

<もし、どんな状況でも明るく輝かしい面を見ようとするなら、つまり暮らしに喜びを見いだそうとすれば、結果としてきっと暮らしはより良いものになるはずですよ。>

マザーズ・ホームより愛をこめて(T)



介護保険事業施設

デイサービス

ひだまりハウスの紹介です



浴衣を着て盆踊り大会です。



敬老の日はバイキング昼食でした。



おかわり自由で、好きなものをいっぱい食べました。かぼちゃのいとこ煮、うの花、小松菜のごま和え、さわらの照り焼き、からあげのとろっと煮、長いもの茶わん蒸し、かき玉汁、ポテトサラダ(シカク豆)、いなりずし、そしてシソゼリー、りんごとぶどう、おいしかったよ！

栗の実だけを  
とりだすのは  
ちょっと大変  
だったかな



おいそうな  
栗きんとんの  
完成です。



季節ごとに訪問して下さるアンサンブル風(ふう)さん  
しの笛の音色に心地良くおだやかな気持ちになれます。



子どもの頃にやつ  
たことのあるお手  
玉、皆さんとても  
上手です。



お化粧教室です。顔の手入れをして、ご自分でまゆもかいてもらいます。どなたも、生き生きとした表情になりました。



にがおえと季節の果物を描いて  
カレンダー作りをしています。

# サンマルシェ南館1階 東部ほっとステーション 催し案内

東部ほっとステーションは開設4周年を迎えました。各市民団体が住民交流事業を行っています。買い物帰りにでも、一度お立ち寄り下さい。ただし、活動のない日は閉所しています。



## 街の介護・福祉相談所

10時15分～12時  
10月13日(火)  
11月10日(火)  
12月8日(火)

介護保険サービスについてお知りになりたい方、遠方に住む親御さんのことで相談したい方、街に引っ越してきたばかりの方など遠慮なくお立ち寄りください。ケアマネジャーなどが、解決のヒントになる情報を提供します。

予約なし  
無料  
秘密厳守



## ひだまりサロン

13時～15時  
10月13日(火)  
11月10日(火)  
12月8日(火)



おしゃべりをしながらクラフトテープを使ったかご等を作っています。  
参加費・材料費 800円  
予約をお願いします。

予約・問い合わせは

☎080-4842-3902

## お手玉あそびの会

10時15分～12時  
10月8日(木)  
15日(木)  
22日(木)  
11月12日(木)  
19日(木)  
26日(木)  
12月10日(木)  
17日(木) 予約不要  
24日(木)



前半はおしゃべりタイム、続いて手足の準備体操、そしてお手玉の基本練習に入ります。60代～80代の方がいきいきと過ごしておられます。お手玉の貸出しできます。参加費 50円



## 賛助会員のお願い

個人：一口 3,000円、団体：一口 10,000円  
特典：ミニデイホーム招待券、ひだまり通信を送付  
振り込み先：郵便為替 00880-2-70446

## 編集後記

昨年好評だった「私流おせちおもてなし講座」、今年も12月5日(土)9時30分～12時30分の日程で、やります。現在、デイサービスの調理スタッフがはりきってメニューを考えています。さてどんなものが並ぶのでしょうか？楽しみです。(中藤)