

いっぽ舎だより

平成 29 年 7 月 第 7 号

地域活動支援センターいっぽ舎だより 第 7 号

いっぽ舎では、毎身体操をしています。以前は職員が中心に行っていましたが、今では各メンバーが体操リーダーとなり、毎日変わりばんこに体操をしています。緊張して言葉が出ない時もあるけれど、仲間の温かい声かけで勇気づけられています。

「いっぽ舎だより」も今年で 7 回目の発行となりました。6 年間という年月が、毎日の体操一つ、日々の行動の中に定着していきます。内容ややり方はなかなか覚えられないけど、周囲からの声かけやヒントさえあれば体が自然に反応します。毎日の積み重ねとちょっとしたヒントがあれば、自分でできることが格段に増えていきます。そんな小さな自信の積み重ねが、新しいことに挑戦する活力になっています。いっぽ舎では、様々な活動を通して、たくさんの自信と達成感を得て、これからの生活を前向きに、そして楽しく過ごせるように「こころの持ち方」の獲得を目指していきます。

いっぽ舎の活動報告

芋ほりがしたいというメンバーの一声から、いっぽ舎でサツマイモを育てることになりました。畑がないのでプランターと土の袋のまま植えてみました。水やり当番を決めて待ちに待った 5 か月間。小粒だけとたくさんのサツマイモを収穫。スイートポテトに焼き芋と美味しく頂きました。



音楽療法で少しやったことのあったハンドベルを本格的に練習し始めました。

ハーモニカ好きのメンバーを中心にハーモニカ部設立。いっぽ舎内に音楽活動が増えました。目指すは、クリスマス。「きよこの夜」を演奏予定？

メンバーからの声

今回のメンバーの声は、平成28年度の活動の振り返りとして、たくさんの活動に参加した中で、印象に残ったこと、楽しかったこと、悔しかったことなどこの一年間がメンバーにとってどんな年だったかを聞いてみました。

草花や野菜の苗を育てます。吟味した培養土に種蒔き。生田緑地のバラ苑でいただいてきた花の種も活用します。苗は近所の方々に買ってもらいます。いっぽ舎のはなさかじいです。

もう一ついっぽ舎オーケストラ!!
有志の方たちの名(迷)演奏。Good
!!!ハーモニカ (栗)

たくさんのパンダマグネットの注文を頂いて色とりどりのパンダ制作作戦が超楽しかった。たまにへんてこな顔になってしまったり…

いっぽ舎ボッチャ杯良い成績を出せなかった事が悔しかった。料理クラブでおいしい料理が作れた事も楽しかった。

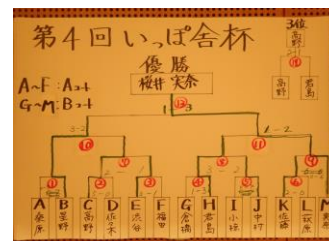
一年通して色々なイベントがあり、毎日楽しくかよえます。作品作りもできないこともあるけど、出来たらその分達成感があってそれはそれでまた楽しくて!

S.T

今年も一年間色々な活動参加させてもらいましたが、ショートステイ等でイベント等に参加できない機会が多く残念でした。

麻雀や料理、おでかけ、バザー等みなさんと一緒に楽しく過ごせた一年でした。また来年も楽しく過ごしたいと思います。もっと麻雀やゲームがしたかった。もっと映画が観ればよかった。

S.Y



第4回目に行われた「ボッチャいっぽ舎杯」で優勝できたのがすごくうれしかったです。

ハロインパーティやクリスマス会も楽しかった。(ジャンクフード最高!!)そば作りが本来のつくり方と全然違ったことに悔しかったです。

梨狩りも楽しかった。木が低くて行くのに大変だったけど梨を取るのにちょうどよく味も美味しかったです。

M.S



私は、月曜日、水曜日に通所しています。自分に、出来ることを、楽しくお話をしながら進めています。毎日楽しみながらスタッフの心、細やかな気配りに感謝を感じながら作品を作っていきます。メンバーの皆さん、温かく見守りください。 H.T

私は、春と秋のバラ苑に行ったことが楽しかったです。バラのいい香りがしました。また行きたいと思います。 S.S

なんかあまり記憶にないなあ～行くことが楽しみ。

安田さん、まゆみちゃん、かおりちゃん職員の方々と仲間に逢えること事。みんなと顔合わせてお話できる。冗談が言える。難しいことを言っこない。話を聞いてくれる。これ最高!! 本人曰く真面目なふりをしているそうです。ポツチャはどうですか? 「お」がつくと「オポツチャマ」?

K.S(妻代筆)



たくさんの活動に参加できたこと。電動車いすに乗り、宮崎台→溝の口→登戸と電車を乗り継ぎ、いっぽ舎へ行くことができた事。マンションで、駅で途中の道端でたくさんの人にあいさつして、会話出来た事。そのために少しずつ勉強したこと。すべてが「リハビリ」になっています。体が少し不自由になったけど「心」がすごい自由になったことを改めて感じる一年でした。

T.K

今年の料理ですね。何を作ったか忘れてしまったけど、私は料理がやっぱり好きですね。また料理をやりたいです。でも歩行もたくさんしたいです。まだまだ歩きたいです。やっと一人で歩けるようになったんで…

Y.O

入院が多かったのでつらかった。

Y.K

料理クラブで調理した(私は食べるだけ)『具たくさんカレー』の美味しかった思い出が一番でした。

S.N

- 4月: DVD 鑑賞「解夏」・・・ベーチェット病について患者さんと家族とまわりの人たち人達との心暖かい関わり合いを見ました。
- 5月: 読み聞かせ・・・文章を読む楽しみ、文章を読んで声を出す楽しみ、また人の読んだ文章を理解する。
- 6月: 梅酢、塩らっきよ作り。らっきよの下処理作業と漬ける時の塩加減を体験。お昼ご飯の時に美味しく頂きました。
- 7月: アメリカ稲城店でのお買い物・・・お買い物と涼しい店内での避暑地散歩気分。
- 8月: 納涼会・・・とんでん宿河原店でのお食事会。暑い夏の日に皆さんで美味しいお料理をお腹いっぱいいただきました。
- 9月: 梨狩り・・・いっぽ舎近くの三平農園で梨狩りができたこと。身体障害者になり、出来ないと思ったことが出来て大変嬉しかった。皆さんで収穫した梨は、格別の味わいでした。
- 10月: リハビリ交流会・・・多摩市民館でパン食い競争と風船バレーの競技会。試合に熱中して時間の過ぎ去ることも忘れて楽しい一日でした。
- そば打ち会・・・そば打ちを知らず、うどんと同じように打ち、勉強してリベンジしなければと皆さんと反省の話で盛り上がりました。すべては経験かな
- 11月: にぎわいフェスタ登戸・・・秋風の吹き抜ける JR 登戸駅フロアーでの販売。駅の人通りを見ながらの販売でしたがお買い上げの皆さんに真剣に作品を品定めして買っていただきました。
- 12月: 忘年会・・・登戸柏屋にて美味しい日本料理を頂きながらお話とカラオケ、時間はあっという間に過ぎ去ります。
- 1月: 登戸稲荷神社で初詣とかるた大会
- 2月: 初めてのミシンを使つての作業
- 3月: 椿のお花見・・・宿河原の緑化センターで椿の切り花と緑化センターで初めて咲いたヒスイカズラの花を見ました。

S.H

※まだまだたくさんの内容を書いてくださいましたが、紙面の関係上これだけで許してね。

展示・販売活動

毎年開催される「多摩ふれあいまつり」も17回目となりました。いつもだと作品作りのワークショップをして来場者と交流をしていましたが、今年は東京パラリンピックの追い風に乗り、ポッチャの体験を初めてやりました。子供から高齢者まで幅広い年齢層の方々に体験していただき、体験希望者が途切れることもなく、にぎやかな一日となりました。



近況報告

☆火曜日メンバーを中心に一年がかりで「いっぽ舎かるた」を完成させました。

- ・病気はね 治ることより 負けないこと
- ・飾るのだ セタ ハロイン クリスマス
- ・覚えるの 苦手なんです 私たち
- ・みんなで演奏 ハンドベル部♪
- ・平気だよ 無理をしないで 助け合おう
- ・睡眠大切 お昼寝クラブ

などなど、いっぽ舎にかかわる内容をネタにユーモアあふれる「かるた」となりました。次のいっぽ舎かるた大会が楽しみです！

☆今年も「らっきょ」を作りました。塩らっきょは瓶詰めにして持ち帰り、甘酢漬けは、毎日お昼にご飯の友として食べてます。

☆ラーメン博物館に行ってきました。当日は雨で大変でしたが、昭和の景色を懐かしみながら、お目当てのラーメンを食べ、大満足でした。



終わりに

昨年よりも外出する機会が増えました。メンバーからの前向きな発言から、行ってみたい場所が続々と提案され、いっぽ舎としても活動の幅が広がる年となりました。また、体操やポッチャの審判、ミーティングの司会・議事録作成など今出来ることを少しずつメンバー自身に取り組んでくれるようになったことも、小さな変化ですが、大きな進歩となりました。これからもこの小さな変化を大事にして活動に取り組んでいきたいと思います。

地域活動支援センター いっぽ舎

〒214-0014 川崎市多摩区登戸 369 第1ふじたけマンション 103

TEL&FAX 044-299-8483

E-MAIL npo-ippoippo-ipposya@adagio.ocn.ne.jp

URL <http://ipposya.server-shared.com/>