



〒245-0053横浜市戸塚区上矢部町2471-48

電話・FAX 045-410-7307

E-mail: mail@zenryouji.jp <http://www.zenryouji.jp>

発行責任 善了寺 還る家とともに 1月担当：三根

## ～謹賀新年～

あけましておめでとうございます。

旧年は大変お世話になりました。

善了寺本堂・庫裏及びデイサービスの建て替えに伴う上矢部町への一時移転も皆様のご協力のお陰で無事に終える事が出来ました。移転にあたって、「大変だったら娘に手伝いの声を掛けるよ」とご利用のMさんから気にかけて頂いたり、マイペースなボクたちに「このままじゃ間に合わんぞ」と発破をかけてくれ、荷物の梱包や移動、建物に合った家具の造作をしていただいたボランティアの皆さまをはじめ、みなさまの多くのご配慮、ご協力にあらためて感謝申し上げます。おかげで随分と使い勝手の良い建物になりました。先日見学に来られた医療関係の方も「在宅介護のいい勉強になる」と感心されていました。今年は上矢部町(現事業所)に腰を据えての一年となります。味噌作りも一年ぶりに行う予定です。

春先にはフキを、秋には柿を善了寺に収穫に行ったり、農作物を育てたり、桜や紅葉を楽しんだり、日常のひと時を皆さまとともに過ごしていきたいと思ひます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



## 還る家ともに的機能訓練♪

デイサービスは介護保険上では日常生活の介護及び機能訓練の場となっています。還る家ともにには三好春樹氏の仰る「生活行為に勝る訓練なし」の生活リハビリスタイルですので特別な装置や機械などはありません。日々の生活の中での動作の積み重ね(リハビリ)のひとコマを掲載します。



床に座ってスタッフの子どもと遊んだり、生け花の先生に花を生けて頂いたり、みなさま目を輝かせて、自ら主体的にうごかれています。ご本人たちにはリハビリの気持ちはないでしょうが、自然な形で意欲的に心と体が動く事が一番のリハビリではないでしょうか。

# スッキリしました

明けましておめでとうございます。昨年は本当にお世話になりました。今年は上矢部での仮住まいの事業所での初めてのお正月となりました。引っ越した頃はフロアも広々としていて「ワー何も置かないとすっきりしていいねー」と言っていたのが1カ月経ち、2カ月が経ち、4カ月が過ぎた頃には部屋の隅をだんだんと物が占領するようになり、四角いフロアはいつしか丸くなってきました。これもよく言えば、より家庭的な感じになってきたという感じはありますが、、、はて？

私もその頃、自分の家もスッキリしたいと思っていました。子どもたちが巣立って主人と二人暮らしとなり、空き部屋となった一つの部屋を私が使う事にしました。子どもたちは我が家に帰ってくると、特に私の部屋をみても「この家は2人暮らしなのに何で荷物が多すぎるのか？」と言われっぱなし。なかなか捨てられない私の性格も災いしていっこうにその量は減らないのです。

ある時、そうだ、と思いきって衣類の整理をしてみようと考えた。タンスのこやしになっていた着物は妹へ送った。母が呉服屋さんの仕立てをしていた関係上たくさん着物を持たせてくれたのである。母には感謝ではあるが、今となっては申し訳ないが無用の長物となった。妹は着なくなった着物を利用して様々なバックや小物をつくって楽しんでいる。袖を通さずに長年タンスに眠っていた着物は今後どんなものに生まれ変わるのだろうか？考えただけでワクワクする。形を変えて日の目を見る着物にバンザイ！である。

あとは洋服である。痩せたら着ようと思っていた服、その時は気に入って買ってしまったセーター等・・・整理学のプロに言わせれば2年使わなかった衣類は必要なしとみる。となると我が家は必要ない衣類がほぼ半分以上である。こうなると思いきるしかない。ところが、いずれも思い出の詰まった洋服をみているとついつい迷ってしまい作業がはかどらない。しかし、エイっとばかりに心を切りかえて、古布として資源回収に出そうと決め、あとはゴチャゴチャ考えずに一気に袋につめて行きました。タンスがカラになり衣類箱がカラになると、スッキリ感が心地よく、思い切ってやってよかったと思うのです。

しかし主人はどこがスッキリなったかわからないと言う。それはそうです。見た目はほとんど変わりませんから。私はそれでもいいんです。自己満足でしかないが自分の気持ちがスッキリとなりました。この調子で今年もあちこちを整理していきたいと思います。

池田紀代美

## デイサービス空き状況

現在のデイサービスの空き状況は下記の通りです。ご希望の方は担当のケアマネージャー、もしくはデイスタッフの喰代、溝口、三根までお問い合わせください。よろしく願いいたします。

月	火	水	木	金	土
2名	満員	1名	満員	2名	1名

## お知らせ

デイサービス還る家ともこの電話番号は移転に伴い045-410-7307に変更となっています。デイへの連絡がございましたらこちらの番号までよろしくお願いいたします。

## ボランティアさん

善了寺に関わってくださっている沢山の方々にデイサービスは日々支えられています。事業所移転後ご利用者の皆さまと心地よく過ごすことが出来ています。これも皆さまにご協力のおかげです。ありがとうございます。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

中嶋芳江 安藤信子 竹中秀子 山下トキエ  
西岡美都里 寺島美代 朝倉好子 別府与志子  
濱崎芳子 市野和歌子 弓削福子 矢口和子  
秦野雅子 米村正男 小寺久枝 江田峯子  
中島雄子 村井ヒテ子 江尻伸子 牛島寛子  
橋本淑子 長澤チヨ子 福寿貴美 恵 犬塚照夫  
松村節子 秦野宣子 大金スエ子 梅本忠男  
小林ミエ 林ヨシ子 松田良子 森谷ミヨシ  
山田ヒロ子 増村隆 穴山よしお 乾隆子  
内田佐知子 砂川元枝 長岡綾子 吉高友子 敬称略

## 編集後記

平成26年も早く感じた一年でした。たくさんの方にお世話になりました。ありがとうございました。平成27年も宜しく願いいたします。私は‘8時だよ全員集合’で育った世代ですが、いつの頃からかお笑い番組に興味がなくなり住職と子どもたちが笑い転げている様子を冷めた目で眺めていました。ところが、昨年末に子どもたちが高笑いをしていたので、不本意ながら何気なく眺めていると子どもが「お母さんが笑った！笑った！」と、はやし立てるのです。その後、まんざらでもなく、あれだけ軽蔑していたお笑い番組から、元気や前向きな気持ちを頂けるんだと見直した次第です。落語や狂言など、昔から笑う事を目的とした芸が伝承されているのですもんね。夜更けまで、お笑い見すぎて寝坊しないように気をつけねば・・・