



社会福祉法人 敬愛会

敬愛の森だより



2024. 3. 1

3月号 No.107

発行：敬愛の森
責任者：青木 澄雄

～元気なシニアの居場所！！ 地域でいつまでも自主した生活を～

紙上「桃の節句」をお楽しみください

京王プラザホテルのつるし飾りと段飾り

今年 20 回目の開催となる新宿京王プラザホテルの「つるし飾りと段飾り」に行ってきました。メインロビーには、格調高い真多呂作 5 段飾りの内裏様を囲むように色鮮やかなつるし飾りが飾られていて、訪れた人を楽ませてください。レストランフロアにも飾られ、その数約 5500 個。ホテル内が華やかでいました。3 月 31 日(日)まで展示されています。



子どもの幸せを願ってつくられた動物、花、魚、鳥、毬、人形などの飾り一つひとつに意味があります

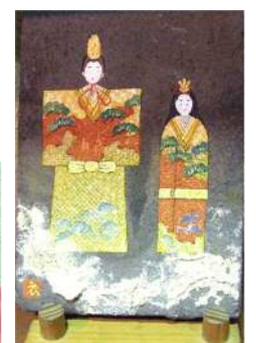
松岡さんが行ってきました
鴻巣びっくりひな祭り

ギャラリー青らんぎのひな飾り

2 年前に紹介した小平の青らんぎには、今年もつるし飾りをはじめ貝びな、ステンドグラス、ガラス、石板など、さまざまな素材の変わりびなが飾られていました。



小川さんが大切にしているわずか 5 cmほどの内裏様



松田操さん(95 歳)の和柄の折り紙を台紙にのせた優しい顔のおひな様

珍しいステンドグラスのおひな様

国立音大生によるピアノと声楽のコンサート

2月11日、今年最初のコンサートは、国立音大音楽科3年生のお二人による歌とピアノです。唱歌や童謡、季節感のある曲を歌とピアノを交代で担当し、『涙そうそう』などの連弾を披露。歌と演奏の構成を工夫した楽しいコンサートでした。一生懸命練習したという『津軽海峡冬景色』は歌唱もピアノも演歌とは違ったよさを感じました。最後はみんなで『故郷』の大合唱。お二人は施設訪問は初めてで、「一緒に歌ってくださって楽しかった、うれしかった」と目を輝かせていました。



コンサートは交流の場。100歳クラブのYさんとMさんは3年ぶりの再会です

Cさんが「連弾で楽しい曲をありがとう。またきてください」とお礼の挨拶

コンサートで連弾は初めて

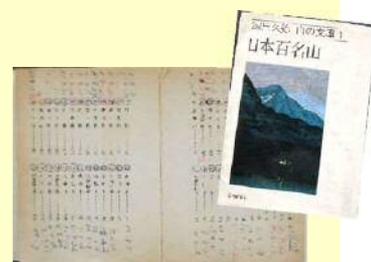
2月のお誕生日会

ショートステイで

2月は珍しく男性ばかり4名の方がお誕生日。お祝いのあと抱負を聞かれると「サンキュー」「長生きしたい」「いつ死んでもいいよ」と。お元気で！！



サービス付き高齢者住宅で活動的なM・Oさんは92歳になられました



M・Oさんは日本百名山踏破のスーパーウーマン！

お若いころから山歩きが好きで、東京近郊の低山を歩いていましたが、東京都の「おいらく山岳会(40歳以上が対象)」に入会したころ深田久弥の『日本百名山』を知り、挑戦しようと思い立ったそうです。

本の目次を見ると登頂した山に〇がつき年月日が記されています。1座目は昭和53年の谷川岳で、100座目は平成8年の焼岳。46歳から64歳まで18年かけての全山踏破です。

50代で東村山の「野火止山の会」にも所属し、リーダーとして山好きの勤労者のツアー計画を立てたり引率したりと、忙しかったけれど楽しかったと当時を振り返ります。

しかも、その間国外にも足を延ばしています。トレッキング・登山ツアーで22か国にも及びます。ヒマラヤやモンブランのトレッキングにも参加したとか。これもご主人の理解あったからと言っています。

今でもどんなに歩いても疲れな、足腰も痛くない、さらに歯は全部ご自分の歯だそうで、健康そのもの、充実した日々を過ごしていらっしゃいます。

50歳から本格的に習い始めた囲碁は、今でもネットやデイサービスで楽しんでいます

気をつけて！！ 自転車の信号無視で「赤切符」を切られました

自転車は私たちの生活に欠かせないもの。身近な方が「赤切符」を切られて驚きました。周りを見れば違反者ばかり！ 取り締まりはいつそう厳しくなるようですから気をつけましょう。

●赤切符を切られると…

E・Mさん(女性、75歳)は、1月中旬八坂駅近くの交差点で「信号無視」で「赤切符」を切られました。

図の赤線のようにウイング通りの左側を走行し、横断歩道に出て右に曲がり府中街道の青信号を渡ったところをつかまりました。ウイング通りの車道の停止線で止まらず、図のAの赤信号を無視したというのです。

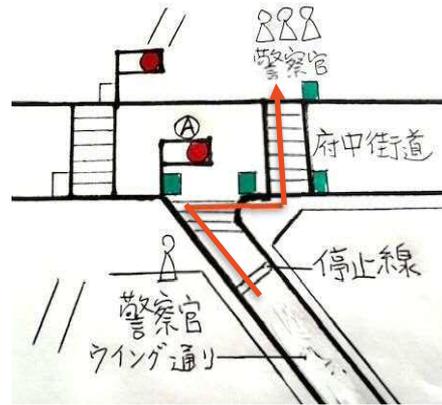
ウイング通りにいた警察官が呼び止めたそうですが、Mさんは難聴気味で、雨の日でフードを被っていたため聞こえませんでした。

そして「赤切符」を切られることに。自宅近くに止めた警察車両の中で書類を書くこと1時間。最後に「重要なお知らせ」というカードを渡されました。

その後、指定された日に立川の交通裁判所に出頭し、警察官の取り調べ→検察官の取り調べと続

き、口頭で嚴重な注意を受け、罰金はありませんでした。

「重要なお知らせ」というカードには、**3年以内に2回以上**、自転車運転中の「危険な行為」で検挙された場合は、「自転車運転者講習」の受講が命ぜられることがありますとありました(講習時間3時間、受講手数料6000円)。



<走り方の例>

停止線のある程度手前で自転車を降りて歩道に上がって横断歩道を渡る



- 自転車は歩行者と同じ感覚で乗ってしまいがちですが、**法律上自転車は「軽車両」**です。車道を走って車と同じ交通ルールを守って走りましょう！
- 被害者にも加害者にもなるので安全確認、安全運転を！

●東村山に多い事故や違反

警察署で聞くと、東村山は狭い道が多いため車道を走行中に車に引っかけられる、車道と歩道を上がったたり下りたりして車にぶつかる、一時停止をせず自転車同士でぶつかる、自転車のひき逃げ当て逃げも多いといえます。

違反で多いのは、**信号無視が最も多く、一時停止無視、歩行者妨害**だそうで、特にマナーが悪いのは**中高生と高齢者**とのことでした！

●警視庁が取り締まりを強化している

自転車が関係する人身事故の増加や悪質なマナー違反が後を絶たないこと、住民からの取り締まりの要望などもあり、警視庁は数年前からマナーの悪い自転車の取り締まりを強化してきました。免許のいらない電動キックボードなどの普及もあり、今後いつそう強化が必要としています。

しっかり交通ルールを知ることが重要です。(4ページを参照)

●自転車安全利用5則を守ろう

- ①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯
- ④飲酒運転は禁止
- ⑤ヘルメットを着用(努力義務)

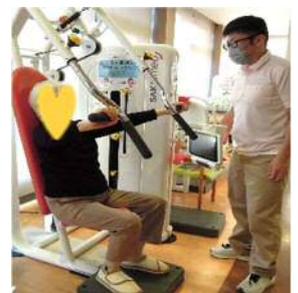
●取り締まりが強化される行為

- ①信号無視
- ②一時停止違反
- ③右側通行
- ④徐行せずに歩道を通行
- * 赤切符の対象になる違反例です

●禁止事項を知ろう

- 遮断踏切の立ち入り/傘さし運転/イヤホン等使用運転/ブレーキ不良自転車の運転/携帯電話使用運転/並進走行/二人乗り/片手運転
- * 違反すると罰則があります

週1回グループホームと看護小規模のご利用者様対象のパワーリハビリを再開。初めての方や久しぶりの方もいるので、バイタルチェックをしっかりと行い、持病や痛みのある所を確認し、この日は回数や負荷を落として慎重に行いました。



近隣のみな様へ

暖かかったり、寒かったりと温暖差が大きく、体調を崩された方もいらっしゃるのではないのでしょうか。十分お気をつけください。

さて、4月からは新年度が始まりますが、敬愛の森は開設以来、10年目を迎えます。近隣のみな様の施設として開設し、コロナという大きな困難を乗り越え、ようやく一人前になったような気がします。

4月以降も感染対策を行いつつ、みな様に気軽にお出でいただけるようにしたいと思っています。食堂の再開やコンサート予定、イベントの開催については後日発表させていただきます。

玄関前にあります、ぬり絵、脳トレプリント、毎週木曜日の「イオンフードスタイル移動販売」、毎月第2、4水曜日の生活実習所の「パンの販売」はどなたでもご利用いただけますので、ぜひご利用ください。

次回「森のコンサート」
国立音大生による
歌声コンサート
3月24日(日)14時～
1階ダイルム

訪問ヘルパーさん大募集!!

やりがいのあるお仕事です。私たちと一緒に働きませんか？ 未経験の方、ブランクのある方も大歓迎。

- ① 勤務時間や勤務回数を選べます。
 - ① 初任者研修(ヘルパー2級)以上の方
 - ① 身体介護 2100円 家事援助 1500円
- 詳しいことはお問い合わせください。
042-306-3193
担当：桴木(とちき)まで

送迎ドライバー募集中!

敬愛の森では現在ご利用者様を送迎してくださる方を募集しています。年齢制限はなく、男性、女性、明るく元気な方大歓迎です。送迎車は白ナンバーなので普通免許でOKです。詳しくはご相談ください。



ワンちゃん、ニャンちゃんの人気投票、1位は?



サービス付き高齢者住宅の掲示板に張られた、ご入居の石川さんのペーパークラフトはかわいいと女性に好評でした。

入居して間もない石川さんは他のご入居者様と話す機会がなく、何かきっかけがないかなと思っていたところ、コーディネーターの提案で作品を掲示したところ、「かわいいですね」「私も犬を飼っていたのよ」と話しかけられ、会話の機会が増えたそうです。そして人気投票の結果、1位はチワワでした。

これからも他の方々の作品なども紹介したいと思っています。



サ付き2月の掲示板外に出る機会の少ないご入居者様は、季節を楽しんでいます



『自転車の正しい乗り方』のパンフレットがあります

- 敬愛の森の玄関にあるラックに置いてあります。ご自由にお持ちください。警察署でももらえます。
- 警視庁のホームページにも詳しく載っています。



予告・今年も東京都の介護職員就業促進(資格取得)事業が始まります!

この事業は実際に介護事業所で働きながら学校に通い、介護の資格を取れる事業です。授業料は無料、実費の交通費も支給、通学中の給与も支給されます。

対象者は離職中の方で、年齢や性別は問いません。「初任者研修」の資格を取りたい方は介護の資格を持っていない方、「実務者研修」の資格を取りたい方は、初任者研修または旧ヘルパー2級の資格を持っている方に限ります。

募集開始は5月からですが、次号で詳しく紹介いたします。

南台シニアセンター・敬愛の森
〒189-0024
東京都東村山市富士見町1-14-3
電話：042-306-3199
FAX：042-306-3198
E-mail：mori@keiaikai.org

