

令和5年10月予定表						
日	月	火	水	木	金	土
1 休	2	3	4 休	5 卓球	6	7 お菓子を食べながら話をする会 14:00~15:00
8 休	9 スポーツの日	10 持ち込み MUSIC 14:00~15:00 	11 休	12 卓球	13	14 ふれあい散歩 12:30~14:30頃 (ラーメン、パトミントン)
15	16	17 ハンドクラフト 14:00~15:00	18 休	19 卓球	20	21 ゆるゆる英会話 14:30~15:30
22 休	23	24	25 休	26 卓球	27	28 Let's脳トレ 14:00~15:00
29 休	30	31				

令和5年11月予定表						
日	月	火	水	木	金	土
			1 休	2 卓球	3 文化の日	4 お菓子を食べながら話をする会 14:00~15:00
5 休	6	7	8 休	9 卓球	10	11 ふれあい散歩 東村山市民産業まつり 13:00~15:00
12 休	13	14 持ち込み MUSIC 14:00~15:00 	15 休	16 卓球	17	18 ゆるゆる英会話 14:30~15:30
19 休	20	21 ハンドクラフト 14:00~15:00	22 休	23 勤労感謝の日	24	25 Let's脳トレ 14:00~15:00
26 休	27	28	29 休	30 卓球		

<p>東村山精神保健福祉コミュニティ誌</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">ふれあい通信</p> <p>No. 147: 2023年10月1日 発行 社会福祉法人 東村山けやき会</p>	<p>発行: 社会福祉法人 東村山けやき会 地域生活支援センター“ふれあいの郷” 編集人: 助迫水基・樽元裕輔・早川雅祥 菊田裕幸・奥住葵・岩本ちはる・千葉陽子 発行人: 當間丈仁・矢嶋 拓 〒189-0014 東京都東村山市本町 2-8-2 プライムビル 207 TEL 042-397-6400 FAX 042-313-3137 http://www.hmkk.or.jp/fureai.html E-mail: hureainosato@hmkk.or.jp</p>
<p>ふれあいの郷は、東村山市から障害者総合支援法に基づく障害者基本相談支援事業及び地域活動支援センターI型事業を受託、運営しています。</p>	



プチプチ納涼祭にて

プログラムのお知らせ

一部のプログラムのみ再開させていただいています。プログラムの参加にあたっては、密集、密接を避けるため、参加人数を設定しての予約制とさせていただきます。参加をご希望の方は、電話などで事前に予約をお願いいたします。フリースペースでパソコン（最大2台・先着順）を貸し出しておりますので、分からないことがあれば、ご遠慮なく職員にお伝えください。

『お菓子を食べながら話をする会 (名称仮)』 (定員6名)



第1土曜日 14:00 15:00

内容:お菓子を食べながら
お話をしたり、お話を聞いたりする会です。

10/7、11/4

ふれあい散歩

10/14

『横浜家系ラーメンを食べて、天気がよければ役所の裏の公園でバドミントンでもしてみる会』
(定員6名)

11/11

『東村山市民産業まつりを散策する会』
(定員6名)

ゆるゆる英会話 (定員5名)



第3土曜日 14:30~15:30

内容:ボランティア講師の永山先生と
一緒に英語に易しくふれるプログラムです。
全くの未経験の方でもOKです。

10/21、11/18

持ち込み MUSIC (定員6名)

第2火曜日 14:00~15:00

内容:お好みの一曲を持ち寄って
みんなで聴くプログラムです。



10/10、11/14

ハンドクラフト会 (定員3名)



第3火曜日 14:00~15:00

内容:それぞれが自分のやりたい
手芸・工芸・工作などを持ち寄って行います。

10/17、11/21

LET'S 脳トレ (定員6名)



第4土曜日 14:00~15:00

内容:楽しく脳のトレーニングをしましょう。初級
から上級まで誰でも参加できるようになってい
ます。お気軽にご参加ください。

10/28、11/25

新型コロナウイルス感染防止対策へのご協力をお願い

日頃より、新型コロナウイルス感染防止対策にご協力いただきありがとうございます。引き続き、感染防止対策に努めた上、事業運営をおこなってまいります。ふれあいの郷ではマスクの着用をお願いしておりますので、ご理解のほどよろしくお願い致します。

「埼玉県立入間青年の家」

50才で他界した私の父が、魚つりが大好きだった為、小さい頃よく行っていました。父が、「明日は魚つりに行くぞ。」と言うと母が肉と野菜を切って用意してくれて、河原でバーベキューをしていました。私は、木の枝を探してきたり枯葉を集めたりを2人の弟と母とするのが楽しみでした。何ととっても、家族と外で食べる食事は本当においしくて、私にとって幸せの時でした。

大学生の時、県民だよりで初級キャンプ指導員の講習会の参加者募集に申し込みました。20人くらいで5日間学んだ後に、「皆でキャンプしたいネ！」と声をかけたら、8人くらいが賛同してくれました。結局、入間青年の家で再会し、バーベキューなどをして楽しみました。上級キャンプ指導員の石原さんと小倉さんにテントのはり方やご飯の炊き方などお世話になりました。県民だよりでキャンプの参加者募集をした時は大勢の方が集まってくれてキャンプファイヤーもしました。特に、「てつき」と呼ばれる男の子が盛り上げ上手でレクをやってくれて本当に楽しかったです。

私達は、ただの利用者ではなく実行委員となり青年の家の行事をお手伝いしました。私達の団体の名前は、「青年交流会」となり、私が実行委員長をやらせていただきました。キャンプの他、青年の家のまつりなどのお手伝いをして楽しかったです。その頃私は、大学を卒業し農協(JA)に就職していました。(土)(日)(月)休みでしたので週末は、たびたび通い話し合いをしたり、バーベキューしたりして青春していました。当時は、1泊170円で和室に泊まれ、雨でも安心。グランドゴルフなども楽しめる施設でした。長とろ青年の家を利用してのカヌー教室を主催したこともあります。

現在、入間青年の家は青少年活動センターと名称を変更したようですが、未永く青年の為に存続してくれたらいいなあと思います。

あやこ

「兄貴…?」

あなたは…何ができますか?何もできない、お兄ちゃんは、キライですか?ボクは、弟に、本気で、聞いてみた。弟は、ボクにケネンをだき!…。本当に怒ってしまった。兄貴って何だろう?最近、そう思うんだ。ボクの兄と言うのは、コトバの上でしか、存在しない、兄ナノダ。…!困っちゃう。とにかく、何もできなくとも、私が先に生まれたのだから。…私は、言葉の力で、兄の存在をアピールします。どんな事をするのも、しんどいけど、ボクにしかできない兄貴の力を、私は信じている。弟君よ!いつも、どうもありがとう。♡

田村幸男

お知らせ

令和5年9月よりふれあいの郷の非常勤職員として千葉陽子さんが働かれています。

『このたび、ふれあいの郷で働くこととなりました。千葉陽子です。まだまだ慣れないこと、分からないことがたくさんありますが、みなさまとお話をしたり、一緒に活動できることを楽しみにしております。どうぞよろしく申し上げます。』(ご本人より)

次回のふれあい通信「introduce myself」のコーナーでインタビュー予定です。楽しみに!!



絵：田村利明

パフェ
 むうちゃんは、絵本を読んでいた。
 チョコレートパフェの作り方の絵本です。
 チョコレートのアイスの上にビスケットをのせると、出来上がり。
 むうちゃんが次のページを開くと、
 ぼわんっ
 絵本の中からチョコレートパフェが出て来ました。
 むうちゃんは、
 パクパクパフェを食べました。
 ああ、おいしかった。

作 ともこ

ゆめつな かそう かぼちゃ
 夢 繋ぐ 仮装の南瓜 ハローウィン

(匿名希望)

ふれあいの郷クイズ

突然ですが問題です。ふれあいの郷で長年、育てている植物は何でしょう？

(チッカ、チッカ、チッカ…ピョ〜ん!!)

正解はアロエです。第一リーススペースのテレビの裏側にあるため、気付かない方もいると思いますが、ふれあいの郷では長年アロエを育てています。十数年前にふれあいの郷・初代所長の清水さんから頂きました。植栽班が挿し木(先端を切り取り、再度植えて育てる)を繰り返し、ここまで成長しました! 鉢を大きくすれば、人間より大きく育つようです!!

「はじめは何でアロエを頂いたのか分かりませんでした。どのような環境にも柔軟に対応しながら力強く生き延びて欲しいというメッセージなのかな、と最近感じています」と植栽班。

アロエには腸内環境を整える効果や胃の健康を保つ効果、美白効果もあると言われており、世界三大美女のひとつクレオパトラが化粧水として愛用していたことでも有名です。観賞用としてだけでなく、食用、薬用、虫刺され用などなんらかの形で活用できないかと考えています。いいアイデアがあったら教えてください。10月の外出プログラムには救急箱代わりにアロエを持ていきますよ!!



ふれあい散歩のお知らせ

★『横浜家系ラーメンを食べて、天気の良いければ役所の裏の公園でバトミントンでもしてみる会』

日時：10月14日(土) 12:30~14:30

場所：12:30 ふれあいの郷 集合

ラーメンは800円~となります

★『東村山市民産業まつりを散策する会』

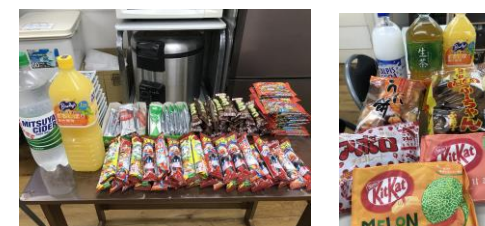
日時：11月11日(土) 13:00~14:30

場所：13:00 ふれあいの郷 集合(会場は市役所周辺、天王森公園)

売店等で買い物する場合は実費となります



毎月第一土曜日に「お菓子を食べてながら話をする会」を行っています。8月はむかし懐かしの麩菓子をつまみながら、9月は仲間(相棒)つながりであまい棒、チョコ棒を片手に、よもやま話や貴重なお話などを共有しました。毎月第一土曜日に開催しています。お気軽にお越しください。



プチプチ納涼祭を2週間後に控えた8月5日(土)、プチ納会(プチプチ納涼会実行委員会)によるプレ納会を行いました。

会場を彩るお囃子や盆踊りの音楽を選曲して、4~5年使用していないかき氷機を動かしました。シロップにはビール瓶の蓋のような栓があり、栓抜きが見当たらずスプーンでこじ開けると、懐かしきユリゲラーの曲がるスプーンと相成りました。

当日のリーススペースに居合わせた利用者さん、ふれあい通信を熟読している実習生さんと共に色とりどりのかき氷(ホームページでカラーで見れますよ)を試作。

準備万端。当日はみんなでプチプチしましょう!!



令和5年9月9日(土)の外出プログラム

『そうだ、コロニー祭に行こう』を実施しました。現地ではカツカレーとアイスコーヒーのセットメニューで腹ごしらえして、かき氷を食べながら元気いっぱいのステージを鑑賞しました。



ステージのまわりを元気に舞う巫女さんのような女の子と何故か固い握手を交わして、エネルギーチャージ!! 地域でふれあい、笑顔でつながりました!!



ふれあいの郷 プチプチ納涼祭



連日の猛暑が続く8月19日(土)。エンゼルスの大谷翔平が43号満塁ホームランを打った頃、ふれあいの郷ではプチプチ納涼祭が開かれました。

ささやかに涼をとるべく「プチプチ納涼祭」と称しましたが、予想を遥かに上回る反響があり、祭りが近づくほどに参加申込者が増え、満員御礼、熱気でムシムシの納涼祭となりました。



参加者は午前から続々と来所され、開始1時間前には、いつもとは異なる活気がフリースペースを満たします。13時の開場と同時に職員は氷削りマシーンと化し、電動と手動のかき氷機をフル回転。利用者さんはいちご、メロン、ブルーハワイ、抹茶、カルピス、練乳などなど好みのシロップを心ゆくまで氷に注ぎ込みました。

「お菓子のつかみ放題」コーナーでは、大きな木の器にチョコ、ラムネ、ビスケットなどのお菓子が溢れんばかりに盛られており、何とそれが取り放題。ただし「お箸でね」とひとこと添えられていましたが…。一番乗りでチャレンジした男性は器用に箸を操り、ストロベリークッキーを含む4つのお菓子をゲット。「これ、めっちゃうまいんっすよ」と教えてくれました。屋台のチョコバナナ店を模して「ジャンケンで買ったら2回つかめる(つまめる)」特典付きです。



氷とお菓子で糖質をチャージした後は、椅子やソファにもたれてしばしのリラックスタイム。糖質がグリコーゲンとして筋肉に蓄えられた頃、お待たせしました、本日のメインイベント。60分3本勝負、スイカ割り大会の始まりです。会場にはプチプチ納涼祭のテーマ曲「東村山音頭」が鳴り響きます。

「やりたい人?」「はい!!」4名の猛者が手を上げてくれました。スイカ割りの棒は、職員の自宅に眠っていた3cm×4cm×70cmの角材。両手でしっかり掴んでもらい、後ろからタオルで目隠しします。

「何も見えない」「割るところ写メにとってください」「こんなに暗いの」「タオル短くて結べねえし」

スタートの白線から右に3回まわり、方向感覚がなくなると観客の掛け声が頼りです。

「右、右」「もっと左」「そっちは右だよ」「うわあー、こっちに来るな」「きゃー」「もうちょっとだけ前。もうちょっと」「軽くスイカに当ててから」「そう、そこ」「ちょっと、まじで蛍光灯に気をつけて」「そこで降ろせー」「いけー」

黒光りした角材を垂直に振り下ろすと丸々と実った青森県産紅小玉西瓜(980円)が鈍い音を立ててブチャ!! 赤い果肉と緑の分厚い皮が不自然な形で砕け散りました。包丁とまな板を持って控えていた調理班の顔がひきつり、一瞬、生贄を殺めてしまったような静けさが会場を覆います。



その時です。不思議なことが起きました。テニスのボールボーイのように猛ダッシュでスイカに近づき、床に飛び散った真夏の果汁を四つん這いで拭きとる者が現れたのです。それは、あまりにも唐突で、皆、呆気に囚われましたが、「進行を妨げたくないけど、床の汚れも残したくない」という葛藤が伝わってきました。その必死さが微笑ましくもあり、会場は温かい雰囲気になりました。

3つのスイカは、きれいにカティングされ、我々の胃袋におさまりました。

「やっぱりスイカには塩だね」「このくらいの納涼祭がちょうどいい」「来年も来るよ」「今まで食べたかき氷の中で一番おいしかった」「お茶頂いていいですか」…様々な感想を頂きました。

海の向こうでは、エンゼルスは逆転されて、今日も負けてしまいました。納涼祭は終了し、参加者がひとりまたひとりと家路に向かいます。ブラインドカーテンの隙間から西日が差しこむ頃、誰もいない会場で、ボールボーイは再び床を拭き続けていました。今度はゆっくりと。時間をかけて…

