

地域生活支援センター フラッツ

2015年6月(月間予定表)



| 日   | 月          | 火                        | 水               | 木           | 金    | 土             |
|-----|------------|--------------------------|-----------------|-------------|------|---------------|
|     | 1          | 2                        | 3               | 4           | 5    | 6             |
|     | プラッツ食堂     | お茶会<br>7月パソコン塾<br>申込み開始日 | 休館日             | Wii<br>カラオケ |      | パソコン塾<br>二宮先生 |
| 7   | 8          | 9                        | 10              | 11          | 12   | 13            |
|     |            | お茶会<br>プチ韓国語             | 休館日<br>プラッツ投稿×切 |             | 栄養相談 | わくわく<br>体操    |
| 14  | 15         | 16                       | 17              | 18          | 19   | 20            |
| 休館日 | プラッツ<br>食堂 | お茶会<br>PMK               | 休館日             |             |      | Wii<br>カラオケ   |
| 21  | 22         | 23                       | 24              | 25          | 26   | 27            |
|     |            | お茶会                      | 休館日             | 詰め会         |      | パソコン塾<br>野田先生 |
| 28  | 29         | 30                       |                 |             |      |               |
| 休館日 |            | お茶会                      |                 |             |      |               |

・6月2日 10:00～7月パソコン塾申込み開始日です。※同日は電話のみの受付となりますのでご注意ください。翌日以降は来所での受付も可能です。

・今月の野田先生パソコン塾は、土曜日ですので、お気を付け下さい。

・毎週木曜日（Wii カラオケ除く）14:00～17:00 はボランティアさん滞在します。

☆今月の保坂職員の一言葉☆

食中毒を心配しなければならない季節になりました。交流室で使用されているカップは洗剤でよく洗い、しっかり拭いて食器棚へしまいましょう。



～5月19日 PMK 報告～

- ①平成26年度登録メンバーを対象に4月～6月に個別で登録更新面接を行います。27年度も利用継続される方は必ずお受け下さい。よろしくお願い致します。
- ②6月8日(月) 13:00～14:30 プラッツ交流室に小金井病院から15名程見学者が来ます。通常通り交流室は利用できますが、大勢でにぎわいますので、あらかじめご了承ください。
- ③6月の野田先生のパソコン塾は、先生のご都合で、27日の土曜日です。変則的になっていきますので、ご注意ください。

プラッツ食堂

六月一日

- ・ごはん
- ・みそ汁
- ・ハンペンのバター焼
- ・きゅうりの浅漬
- ・ヨーグルト

六月一五日

- ・ごはん
- ・みそ汁
- ・ハンバーグ(おから入り)
- ・野菜炒め
- ・マカロニサラダ
- ・コーヒーゼリー



※国障連バスハイクの写真申込み受け付け中です。

定例プログラム

◇：登録不要 ◆：登録要  
★：登録要・事前予約制

- ◇ お茶会 14:00～15:00
- ◇ プラッツ食堂 17:30～、前日までに申込・400円前払い要。定員18名まで。
- ◇ 詰め会 14:00～、正式名称「プラッツ詰めちゃおうぜ会」
- ◇ わくわく・プラッツ体操 14:00～、音楽に合わせて皆で体操。
- ◇ Wiiカラオケ 14:00～16:00 ゲーム機「Wii」を使って皆でカラオケ交流。近隣に迷惑がかからないよう声は控えめに。
- ★パソコン塾 (前月最初のPC塾当日 10:00より受付) マンツーマンの個別指導。  
①13:20～②14:00～③14:40～④15:20～⑤16:00～各30分
- ★栄養相談 16:00～、管理栄養士による個別面接。
- ★年次プログラム 初詣(1月) お花見(4月) 花火(8月) クリスマス忘年会(12月)

## 「からっぽの駐車場」

薬品を傾けて  
エメラルドの海が  
さわやかに風になぐ  
優しい気持ちになれるんだったら  
裸になって  
じっとしているさ

美しいという女性名詞が  
眩く。  
静かな湖のほとりで  
青い毒薬を見てる——  
ラピスラズリのかけら  
あたりは森のしめやかさ

骨の硬さにつきあたり  
ひきかえして来たんだよ。  
苔のふかふかのベットに  
眠っている人

おとぎ話の途中で現実に還っていく  
夜空の本。  
あきれ顔で最後の一本を  
吸ってしまう。

美しいという名前の  
女性にからかわれて  
黒墨と雪  
露に映った明日

トカゲのすばしっこい  
身体で  
通りぬける  
闇のかけぶとん  
はらう  
砂

君の肩にふりつもる  
悲哀と愛  
僕を中心にある  
からっぽの駐輪場

ペンネーム ドロアギ

## 「ミルで挽いた淹れたて珈琲」

お気に入りの珈琲ミル  
アンティークなイメージ  
燻したように鈍く光る  
口からコーヒー豆を入れて  
ハンドルをゴリゴリ回す  
すり潰された珈琲の良い香りがする  
ふたを開けて細くなった豆を見るのが  
何より満足を感じる  
フィルターをセットした口に入れて  
湯を少しいれ蒸らしてから  
じっくりドリップ・・・  
ささやかな私の贅沢  
一番安い豆だがとても旨い  
金をかけずに手間をかける  
それが私の何よりの贅沢

ペンネーム 夢見るささ鳴き娘第2章

## 「紫陽花のように」

もう6月か 紫陽花の花が咲く とても強い木だよ  
しとしと降る雨の中精一杯の力で咲きほこる紫陽花  
を見ていると梅雨もいいじゃないと思う 緑の葉に  
紫色の花が咲くと夏の前のひとときの美を感じさせ  
てくれる 心の中もまっすぐに伸びていく紫陽花の  
ように強く生きなくちゃと思う 四季折々の国で咲  
く花はどれを見ても美しいな 夏場になるとあっと  
いう間に枯れてしまうけど一年後はまた綺麗に咲き  
そろう 僕は紫陽花のように強く真っ直ぐに生きた  
いと思うんだ 今までもそうだったしこれからも同  
じようにね

ペンネーム 烈火

## 「歌壇」

・箱の中 子犬を入れて 火を付けた  
原爆の子よ アメリカ憎し  
・探し物 いつまでたっても みつからず  
気付けば空は 白みがかりぬ  
曇天の空を 見上げて憂鬱  
・メランメラメラ メランコリーや  
ペンネーム 烏田 高志

・地面までガラス越しに見える  
東京タワー展望台  
・国障連ハイクは  
ガイドさんが面白くて楽しかった。  
・バスハイクは  
久しぶりに見る友人との再会の機会なり  
・迷子になりそうなくらい 品川水族館は  
ラビリンズだし 観光客が多かった。  
ペンネーム 海野悠子

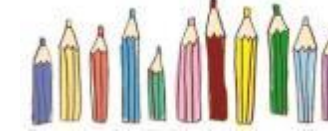
# プラッツ通信

2015年5月28日(木) 発行第179号

# 6月



## 「十人十色」



自分の常識は他の人の非常識などという言葉聞いたことはありませんか？  
人と話しているときに生活習慣や考え方の違いを知って内心ドッキリしたり、相手の新  
たな一面知ったりというような経験は誰でも一度や二度はあるのではないのでしょうか。  
私が驚いたのはひき肉を洗う人、テレビで観てそういう人がいることを知り友人に「ひ  
き肉を洗う人がいるんだって・・・」と話した時「私も洗うよ 細菌がいると嫌だからね」  
という言葉が返ってきました。友人は衛生面に気を使っている人だったので私は「そう  
なんだー」くらいで話を終えたように記憶しています。

十人十色と言われるように、人の数だけ考え方があると思います。だからこそ友人関  
係は今まで自分が知らなかった事を知る事ができたり自分の知っていることを他の人  
に伝えたりでき楽しく且つありがたいものです。しかしその反面、親しくなりすぎて思  
わず相手の事に踏み込みすぎたり自分の方に踏み込まれたりと人とのかかわりは非常  
に難しいものです。ほどよい距離を保とうと思っても人によって距離感さえも違ってい  
るのでたくさんの人と接していく中で経験を積みながら感覚を掴んでいかなければなら  
ないのでしょうか。なかなか難しいものです。もし自分で気を付ける事が有るとすれ  
ば、人それぞれの考えがあり違って当たり前という事を常に念頭に置くことくらいでは  
ないでしょうか。

ある詩の中に” みんな違ってみんないい” という一節がありましたが、みんながそう  
いう気持ちでいたいものですね。  
これから雨の多い季節になりますので交流室で過ごされることも多くなりますが縁あ  
ってプラッツで集う仲間です。お互いを認め合い和やかに過ごしましょう。



—プラッツ— 保坂英代



### 社会福祉法人はらからの家福祉会 地域生活支援センタープラッツ

《住所》 国分寺市南町3-4-4  
《相談TEL》 042-359-2440  
《HP》<http://harakaranoie.com/index.html>  
《開館日》 月・火・木・金・土・第1・3日曜  
《休館日》 水・第2・4・5日曜日・祝日  
《開館時間》 10時～19時00分(午後7時)  
《来所・電話相談》 10時～19時00分

喫煙は所定の  
場所で・・・。

