



海の雫

花の命

(～前号からの続き～)  
雨に降られることは涙を涙でもって流しさることだと信ずる

自分で自分の髪を切るごとく  
花であれたことを不思議なことだと考えて  
道端で見つけた草花を茎から切って  
あなたに渡すのです

あなたのそばに生けられて  
最後を迎えることが  
私よりもずっとその反省を込めて  
長く生きていくであろうあなたの  
花びらの葉っぱの裏も表も見れることが  
私は愛しいのです

コップ一杯の水で潤うあなたのその微笑みが  
私には忘れられないのです

実月

小さな一歩を踏み出す

新年度がはじまってまもなくひと月になりますね。新しい人、新しい場所との出会いが多くなる時でもあります。なかには新しいことをはじめる人もいらっしゃるかもしれませんが、そんなとき、どのようにしてはじめの一歩を踏み出しているのでしょうか。

先日、公民館に於いてボランティア活動の交流会がおこなわれました。ボランティア活動に関心をお持ちの方、障害のある方とともに活動している団体のメンバーが集まって、お互いの経験や、ボランティア活動をはじめるといふことからはじめたらよいのだろうなどの思いを共有しました。団体のメンバーとしてプラッツも参加させていただきました。

交流会のはじめに、ボランティア活動の歴史や役割について講演がおこなわれました。ボランティア活動では活動する人の自主性ととも、相手の方がなにを必要としていらっしゃるのか、どのようなことに困っていらっしゃるのかを冷静に判断することも大切です。責任感をもって自主性と必要とされていることのバランスをとることにより、ボランティア活動が強みを発揮することができるのお話がありました。

参加された方々から、ボランティア活動の経験がないのでいろいろな活動内容があることがわかってよかった、相手の方の求めていることを感じ取れるか不安、得意なことはないけれど小さな一歩を踏み出したいなどの感想をお話いただきました。はじめてお会いした方々と、さまざまな考え方や価値観を共有し学び合うことのできたひとときでした。

皆さんと一緒にプラッツも小さな一歩を踏み出していけたらと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

地域生活支援センタープラッツ 角谷敦子



生き物お学

生きつづける事はすなわち修行である。  
徳川家康公は、江戸幕府を東京都(江戸)に  
城を構え、都を京都から江戸に移してみせた、人物  
{神}である。  
彼は人生哲学の中で、人生とは、重い荷物をしょいながら、  
上り坂を一步ずつ、踏みしめることであり、苦しいもので  
あり天下泰平の世を作り上げて、400年間以上  
都が東京に或る。神である証拠は、東照宮に行けば解かる。  
人生とは、つらいものであり、死を選べる高次元の  
動物であり、人間で、学名はヒト科ヒト属ヒト、ホモサピエンスである。

P・N シーソー

桂冠詩人の言葉より  
自分の「苦手意識」に負けてはいけない  
「絶対、自分ではできるんだ！」  
と、決めて、一步一步挑戦しよう！

リンちゃんチのパパ

鯉のぼり  
元気に泳ぐ  
青い空

P.N はらからの家

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>

《開館日》 月・火・木・金・土・第1・3日曜日  
《休館日》 水・第2・4・5日曜日・祝日  
《開館時間》 10時～19時(午後7時)  
《来所・電話相談》 10時～19時(午後7時)

# 地域生活支援センタープラッツ

2024年 **5月** 【月間予定表】



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休館日		憲法記念日 休館日	みどりの日 休館日
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日 休館日	振替休日 休館日		休館日	Platz Entertainment		
12	13	14	15	16	17	18
休館日	プラッツ通信 投稿〆切日	お茶会 PMK 旅行ミーティ ング	休館日		ミュージ クアワー	
19	20	21	22	23	24	25
			休館日		詰め会	
26	27	28	29	30	31	
休館日	カラオケ		休館日 プラッツ日帰り 旅行			

## 《5月のプログラム》

### 〈Platz Entertainment〉

◆日程：5月9日(木) 14時～16時

### 〈お茶会・PMK〉

◆日程：5月14日(火) 14時～15時

### 〈カラオケ〉 **要予約**

◆日程：5月27日(月) 14時～15時半

◆場所：交流室

### 〈詰め会〉「プラッツ通信詰め詰め CLUB」

◆日程：5月24日(金) 14時～15時

### 〈ミュージックアワー〉♪鑑賞のみの参加OK♪

◆日程：5月31日(金) 16時～17時

◆持ち物：CD、カセット、レコード、スマホ、MP3プレーヤー等

### 〈プラッツ日帰り旅行〉 **要予約**

◆日程：5月29日(水) ※詳細は右欄参照

.....プログラムの申込について.....

- ① カラオケ：5月24日(金) 12時までに申込み下さい。
- ② プラッツ日帰り旅行：5月10日(金) 19時までに申込み下さい。
- ③ 上記以外：予約不要です。

5月のPMKは、参加者が集まらず中止となりました。

## 《プログラムについてのお知らせ》

昨年度はPMKのみの時間をとり行ってきましたが、最近参加者が減ってきていることもあり、今年度5月からはお茶会の後の時間を使って行っていきます。

お茶会 14:00～14:45  
PMK 14:45～15:00  
ご参加お待ちしております。

## 《カラオケ(お試し実施)》 ※要予約

- ◆日時：5月27日(月) 14時～15時半
- ◆場所：プラッツ交流室
- ◆定員：5名  
(歌わないけどプログラムに参加希望の方もぜひ予約をお願いします。)
- ◆申込〆切：5月24日(金)12時まで

感染対策をしながらの開催になります。今回は、別室の交流室は設けず、他のプログラム同様交流室の場所はプログラム優先になりますが、席が空いていれば交流室としてもご利用いただけます。

## 《令和6年度登録更新について》

令和6年度登録メンバーを対象に登録更新を行います。また登録用紙と同意書を登録者全員に送付いたします。また、登録用紙は、変更がある方のみ提出をお願いします。尚、同意書は全員提出をお願いします。何かご意見等ございましたら登録用紙にお書きください。よろしくお願い致します。

期間：4月1日(月)～6月29日(土)

持ち物：年会費 1,200円

登録用紙(変更ある方のみ)

同意書(両面)

※例年同様、面接は希望者のみ行います。希望される方は、事前予約をお願いします。

※お釣りのないようご準備をお願い致します。

## 《Platz Entertainment お知らせ》

『ローマの休日』(118分)を上映します。

☆日時：5月9日(木) 14時～

☆作品紹介：

ヨーロッパ最古の王室の王位継承者であるアン王女は、欧州各国を親善旅行で訪れていた。ローマでも公務を無難にこなしていくアン。だが実は、彼女はこれまでのハードスケジュールで疲れやストレスが溜まっていた。主治医に鎮静剤を投与されるものの、気の高ぶりからか逆に目が冴えてしまった彼女は、こっそり夜のローマの街へ繰り出すことに。やがて、薬が効いてくるとベンチで寝入ってしまうアン。そこへ偶然通りかかったアメリカ人の新聞記者ジョーは、彼女を一國の王女であることも知らずに自分のアパートで休ませるのだが...

## 《プラッツ旅行について》

◆旅行日時：5月29日(水)

◆行き先：川越方面

◆参加申し込みの締め切り

**5月10日(金)19時までに延長します!**

旅行の詳細は4月号をご覧になるか直接職員までお尋ねください。

## 〈日帰り旅行ミーティング〉

☆日時：5月14日(火)14:45～

・旅行の詳細の確認をします。旅行に申し込みをしている方は原則ご参加ください。

・参加費は、5/14(火)～5/24(金)19時までに支払ってください。(通信4月号で「印鑑をお持ちください」とお伝えしましたが、印鑑は不要です。)

楽しい思い出を一緒に作りましょう!ご参加お待ちしております。



## 職員の一言

4月になった途端、あっという間に季節が変わりましたね。新たな季節の幕開けと共に、新たな出会いもチラホラと聞こえて来ました。ボランティアさんが来ることがあった際には、皆さま、どうぞよろしくお願いいたします。

## ゲスト交流会のお知らせ

今年度1回目のゲスト交流会を6月6日(木)15時～16時半(予定)、交流室にて行います。内容は、お薬講習会の第2弾。講師は、藤田英親先生(国分寺すすかけ心療クリニック)です。詳細はプラッツ通信6月号でお知らせします。

5/29(水)はプラッツ旅行のみ  
交流室や相談電話などはお休みです。