

投稿
コーナー

プラッツを利用されている皆さまの投稿コーナーです
皆さまの作品をお待ちしています♪



「令和のシンデレラ」ペンネームTORA

セミが鳴く
うちわであおぎ
大合唱
ペンネーム M・T

幸せ

あなたにとって大事なことは何ですか
富を得ることですか
それとも心を満たせることですか
私には分かりません
本当の幸せは全てを満たされることかな
何でもないことを幸せとして考えることかな

NEVER GIVE UP

【自他共栄】

現時点を精一杯にノッコミ！ノッコミ！汗をかく。

時間との闘いでもあり、現金路線で忙しいラーメン屋さんの様に！

ノッコミ！ノッコミ！戦い抜く。横見たり空見たりする余裕さえない！

ノッコミ！ノッコミ！今を生き抜く。飲み込んで、毎日。

365日間、だいたい、ぶっとうして。

妹さんは、そんな兄に良いお嫁さん来てくれたらなあ～とふと思うときがある。

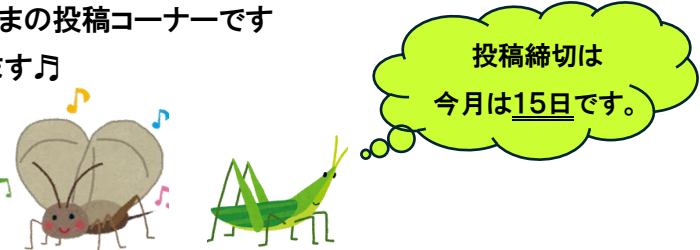
“流れる汗もそのままに、走りつづけている。兄はどうにもとまらない。”

働き者とはそんな兄を言う。

そんな熱心な方を拝見すると勉強になる。仕事に向かう前向き、さがスゴイ。

妹さんの想いもいつかは、どなた方に伝わることでしょう！！

そしてみんな幸せになれることでしょう！！



桂冠詩人の言葉より

人生は挑戦です。挑戦しないと、人格はできない。
自分を鍛えるのは、自分です。
自分を大きくするのは自分の努力です。

リンちゃんチのパパ

紫陽花

空が泣けない季節には
決して涙を見せないあなたの代わりに
紫陽花の花が泣いている
涙を静かに土に落として
その土に帰るように
枯れていくその花は
一番大事にしたい言葉を残して
見えないところへ旅立つ

夢は涙に閉じ込められるはずではなかった
治さなければならない病より
病まなければならない人生を貫く方が
ずっと自然なことだった

(次号に続く)

実月



p.n.シーソー

夢乃ほうひ



プラッツ通信9月



2026年8月25日(火)発行

第311号

～ゲスト交流会「自転車新ルール」の報告～

先日、ゲスト交流会にて「自転車の新ルール」（2026年4月から自転車にも交通反則通告制度が適用）を学ぶため、小金井警察署の交通課の方2名をお招きし、パワーポイントを見ながら講義していただきました。メンバーと職員を含め、計14名の方が参加されました。

主な内容としては、①近年の自転車事故の状況等 ②自転車の通行の基本ルール ③交差点での二段階右折について④自転車運転上の注意点などです。以下、簡単ではありますが、講義内容の要点をまとめてみました。

① 近年の自転車事故の状況等

令和7年の自転車事故の統計では、高齢者の関与が42%、自転車の関与が65%（内訳：単独が半数以上、車両相互が次いで多い）。特に事故の多いのは、段差のあるところ。対策として、止まる、自転車から降りる、浅い角度の段差の移動を避けるようにとのことです。また、日常的に点検整備（ブレーキ、タイヤ、ハンドル、シャタイ、ベル）をすることも大事。

② 自転車の通行の基本ルール

- ・車道の左側を通行が基本のルール。自転車ナビマークや自転車専用通行帯（色付き）を通行しましょう。
- ・歩道を通行が認められる例外について⇒子どもや高齢者の場合、車道が著しく交通量が多い場合、車道が狭くて危険な場合などは認められるが、歩行者が絶対優先。
- ・歩道を通行する場合は車道寄りを通行が基本。相互通行の場合は、相手を右側に見て通行を基本に、相手の様子を見て、譲り合ったり「お先にどうぞ」という気持ちで通行することが大事。
- ・歩道から車道に出るときは、まず安全確認すること。手信号も人によってはバランスを崩すので個々の判断が必要。

③ 交差点での二段階右折について

- ・車道を通行している場合は、二段階右折が原則。T字路も同様。
- ・自転車から降りて押すと、歩行者扱いとなり、歩行者用の信号が適用。
- ・歩道を通行している場合は、歩行者用の信号が適用。

④ 自転車運転上の注意点

- ・ヘルメット着用は努力義務。事故のほとんどが頭部損傷で60%以上という結果。自分の命を守るために着用を検討してみてもどうか。
- ・スマホを見ながら運転の場合、視野は60%から20%まで下がる。トイレットペーパーの芯の中を見ているのと同様同じ状況のため、ながら運転は危険。
- ・歩車分離信号は、歩道と車道の信号が別々に作動するため、安全である反面、待つ時間が長くなるデメリットがあるので、イライラしないで待つことが必要。

結論として、新しくルールとして変わったことは一つだけ。「側方安全通過義務」というもので自動車は、自転車との間に、1メートル距離を開けなければならない。もし距離が取れない場合は、車は20～30kmの速度に落とさなければならないというルールができたことだそうです。

お話にもありましたが、道は共有のスペースなので、大らかな気持ちで、譲り合いの精神が大事です。今回学んだ知識も意識しながら、安全な通行を一人一人が心がければ事故も少なくなることでしょう。今回ご参加いただき、ありがとうございました。

地域生活支援センター 職員一同

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

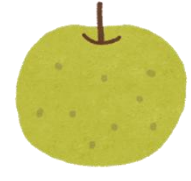
《住 所》 国分寺市南町3-4-4
《相談TEL》 042-359-2440
《HP》 <http://harakaranoie.com>

《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ブラッツ

2026年  **9月**  【月間予定表】



日	月	火	水	木	金	土
 		1 お茶会 PMK 14:00~15:00	2 休館日	3	4	5
6	7	8	9 休館日	10 Platz Entertainment 14:00~16:00	11	12
13 休館日	14	15	16 休館日	17	18 ミュージックアワー 15:30~16:30	19
20	21 休館日 敬老の日	22 休館日 国民の休日	23 休館日 秋分の日	24	25 詰め会 14:00~15:00	26
27 休館日	28	29 ゆるスポーツ 14:00~15:30	30 休館日	○実習生のお知らせ ・9月15日(火)、府中看護専門学校より実習生が3名入ります。		

～職員の一言～

秋を代表するお花のひとつ、コスモス。ピンク、白、オレンジ、黄色などさまざまな色があって、秋晴れの空に映えますね。

昭和記念公園では、9/12(土)～10/25(日)に「コスモスまつり2026」が開催されます。コスモスまつり特設サイトではコスモスの美しい写真も紹介されています。



ゆるスポーツ



運動系のテレビゲームやダーツなどを予定しています。暑さが続くこの時期、涼しい屋内で軽い運動をしてみませんか？

- ◆日 時：9月29日(火) 14時～15時半
- ◆場 所：ブラッツ交流室
- ◆内 容：Switch Sports、ダーツ、他
- ◆持ち物：動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物

<PC塾>

要予約

- ◆日 時：10月4日(日) 13:20～、14:00～、14:40～、15:20～、16:00～マンツーマンで行います。
- ◆場所：ブラッツ交流室
- ◆申込締切：10月3日(土) 12時半まで

Platz Entertainmentのお知らせ

「劇映画 孤独のグルメ」(2025年、110分)を上映します。

日時：9月10日(木) 14時～16時

あらすじ：輸入雑貨の貿易商・井之頭五郎は、かつての恋人である小雪の娘・千秋からある依頼を受けてフランスへ向かう。パリに到着するといつものように空腹を満たし、依頼者である千秋の祖父・一郎のもとを訪れる。一郎は子どもの頃に飲んだスープをもう一度飲みたいと願っており、五郎にそのレシピと食材を探してほしいと依頼。わずかなヒントを頼りに、究極のスープを求めてフランス、韓国、長崎、東京を駆け巡る五郎だったが、行く先々でさまざまな人物や事件に遭遇し、次第に大きな何かに巻き込まれていく。

8月 PMK 報告

○職員より、8/20(木)の Platz Entertainment のお知らせをしました。

ブラッツ文化祭

日時：11月11日(水) 11:00～16:00 場所：ブラッツ交流室

～～作品やパフォーマンスで参加しませんか？～～

今年も例年同様、作品展示とパフォーマンスの2本立て！創作をみんなで共有しませんか？

参加の申込は…

☆パフォーマンス(演奏・漫才・朗読など)

⇒出演ご希望の方は、9/29(火)まで

☆展示作品(絵画・詩・写真・映像など)

⇒出品ご希望の方は、10/30(金)まで

※作品の持参は10/19(月)～30(金)の開所時間をお願いします



定例プログラム

PC 塾(野田先生)	10/4(日)	・13:20/14:00/14:40/15:20/16:00(1回30分×5枠)
要予約	予定	・申込締切は、前開所日の12時半、空きがある場合は当日申込みも可能)
お茶会	(☆) 9/1(火)	・14:00～14:45
PMK	(☆) 9/1(火)	・14:45～15:00、ブラッツメンバーミーティング
Platz Entertainment	9/10(木)	・14:00～16:00、外出プログラムは3名以上で実施。時間はその都度連絡します。
ミュージックアワー	9/18(金)	・15:30～16:30、皆で音楽を楽しみましょう♪鑑賞のみの参加 OK です、流したいCD、カセット、レコード、スマホ、MP3プレーヤー等があれば持参
ブラッツ カレーの会	10月	・17:00～18:30、参加費400円前払い
要予約		・申込締切はブラッツ通信でお知らせ
詰め会	9/25(金)	・14:00～15:00、正式名称「ブラッツ通信詰め詰め CLUB」

・「☆」のプログラムは、2名以上で実施します。 ・年次プログラムについては、随時通信でお知らせします。

【お知らせ】・ミュージックアワーは、今年度より上記の時間で実施となります。