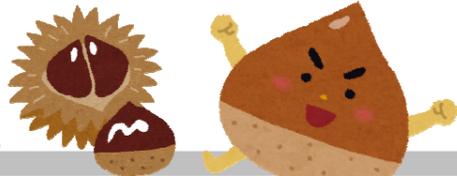


地域生活支援センター フラッツ

2016年 9月【月間予定表】

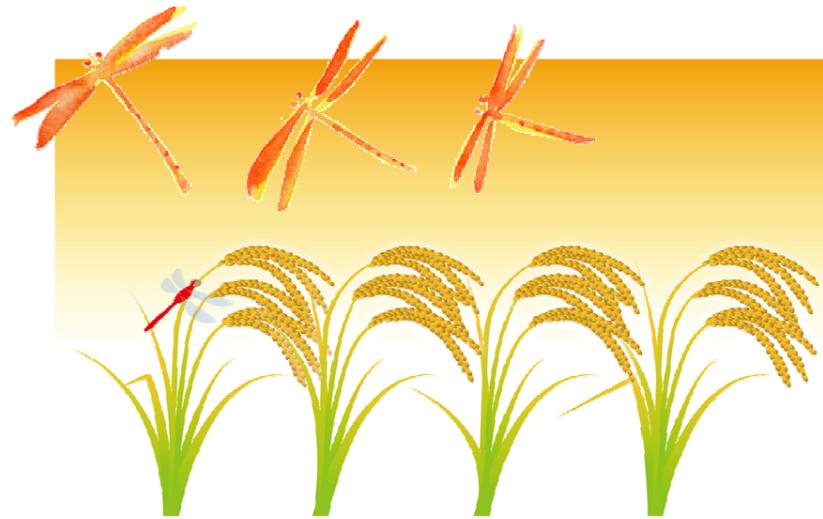


日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
PC塾 野田先生	フラッツ 食堂	お茶会 10月パソコン塾 申込み開始日	休館日		栄養相談	PC塾 二宮先生
11	12	13	14	15	16	17
休館日		お茶会 プチ韓国語	休館日	フラッツ投稿×切		Wii カラオケ
18	19	20	21	22	23	24
	休館日 敬老の日	お茶会 PMK	休館日	休館日 秋分の日	詰め会	わくわく 体操
25	26	27	28	29	30	
休館日		お茶会	休館日	Wii カラオケ		

◎毎週木曜日（Wiiカラオケは除く）はボランティアの井上さん、毎週金曜日はボランティアの河野（こうの）さんが交流室に滞在されます。

☆保坂さんの今月の一言☆

最近、トイレが汚れていたと何度か聞いています。用便後はご自分の健康をチェックされると共に、トイレの周囲が汚れた場合は、後の方が気持ちよく使えるようトイレトイレットペーパーなどで拭いておいてください。よろしくお願いします。



～8月16日 PMK 報告～

- *花火大会について
8月22日（月）に実施についてお知らせしました。
→参加申込人数が5名に満たなかったため中止となりました。
- *フラッツ旅行に関して（11月頃を予定）
長野・静岡・福島・石川の4県が候補地としてあがりまして。9月のお茶会やPMKにて引き続き旅行の話を進めていきます。
- *国分寺市障害者福祉を進める会カレンダーイラスト募集
イラストを提供して下さる方は、8月26日（金）までにフラッツ職員に声をかけていただくようお願いしました。
- *下駄箱の利用に関して
下駄箱の右2列がグループホーム入居者専用となっております。



プディング食堂

九月五日

- ・牛肉とごぼうのませじごはん
- ・みそ汁
- ・高野とうふの煮物
- ・なす焼
- ・きゅうりの浅漬
- ・コーヒーゼリー

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「フラッツ通信詰めちゃおうぜ会」
- ◇ わくわく体操 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（前月最初の火曜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）

「心の太鼓」

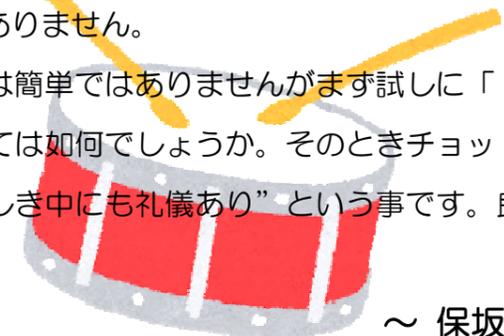
もうかなり前の事ですが大河ドラマの中に「あの男は大きく打てば大きく響く、小さく打てば小さく響く人物だ・・・」というセリフがありました。作品名は覚えていないのですが、言葉だけ妙に残っていて時折思い出すのです。おそらく自分の思いを真剣に伝えれば強い味方になってくれる筈の人だと言うような会話の流れだったと思います。大河ドラマに登場するような人物のやりとりはきっと「ドーン、ドーン」と空気を震わせ天下を変えてしまうような勢いがあった事でしょう。

しかし、ドラマの中の「あの男」に限らず、人は大きく打てば大きく響き小さく打てば小さく響くのではないかと思います。自分がどのように相手に接していくかによってその後の付き合いも変わっていくものです。

ただ相手の事が良くわからないままに急接近してしまうと先方がひいてしまい逆効果ということも多いので要注意です。

私の経験では小さな祭り太鼓のように「トントン、カカカッ」と控えめな接し方から始めるのが良いように思います。なんとなく始まった地味なお付き合いでも結果的に長く深いお付き合いができる場合もあります。少数ではありますが私には何十年來の友人がいます。それぞれの人が个性的で目から鱗が落ちるような意見を言ってくれる事もあり、私の考え方の幅を広げてくれる宝物と言っても過言ではありません。

良いお付き合いができる人を見つけるのは簡単ではありませんがまず試しに「トントン、カカカッ」とやさしく心の太鼓を打ってみては如何でしょうか。そのときチョットだけ気を付けていただくことがあるとすれば ” 親しき中にも礼儀あり ” という事です。良いお付き合いの芽が育ちますように。



～ 保坂 英代 ～

「苦勞の食事」

世の中食えずに苦勞している人大勢いると思う どんなものでも食えるだけ有難いというのが現実だろう しかし好き嫌いは誰にでもあると思う 僕は日本がバブルの時にある女性と付き合いがあったことがある 外国人であったから食生活は日本とはまるで違う ある日彼女は どう?家に来ない?ご馳走するわ と言われたが内心不安だった いったいどんな料理が出てくるのか怖かった 台所から漂ってきた匂いに不安になった 運ばれてきた食事 口に含んだ瞬間 水くれないか?彼女は不味いの?と言うから いや喉が渇いただけだよって無理やり完食 それが何度も続きある日友人に愚痴をこぼした どうだ?うまくやってるか?と訊かれ僕は ここだけの話にしてくれるか なんだ? 俺は...できることなら彼女の料理よりずっとカップラーメンで過ごしたい 友人はしみじみとお前意外と苦勞してるんだな 贅沢言っちゃいけないがああ時は心からカップラーメンが恋しかった 食生活がいかに重要なのかよく理解できたと思う 好き嫌いのない人が羨ましい

ペンネーム 烈火

天才内村航平の体操に 神技のような、力を見た。

毎日 タ方と風間に見るオリンピック

こんなに興奮するのはなぜかしら

シン・ゴジラを姉と見て、パニック映画に自衛隊や、アメリカ国防省が関わっているのに驚きけり。

未確認生命体ゴジラに破壊された、日本の中枢が、

スクラップ・アンド・ビルド」で回復してゆくのぞ、

映画とはいえ、感心せり。

ペンネーム ローズマリー

この頃の 青少年は なんにでも
マヨネーズをかけ めしを喰いおる
全集を買い 本棚に並べたが
飾り物なり 読む気もしない

ペンネーム 森下あきお

・夏の雨

暑さ吹きとび

風の午後

空気もさえて

気分そうかい

・常日ころ

家事におわれて

過ごす日々

一年が過ぎ

季節はめぐる

・夏の日の

油蝉鳴く

午前頃

肌寒い風

気持ちよく吹く

ペンネーム 白川 千里

投稿コーナー



ペンネーム「Little Cony」



社会福祉法人はらからの家福社会
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(午後7時)

《来所・電話相談》 10時~19時(午後7時)