



Kokage 知恵袋を初開催しました！

1月29日(火)14時～15時に、こかげメンバー5名とスタッフ4名が参加して「Kokage 知恵袋」を開催しました。今回のテーマは「電話相談について」ということで、それぞれの立場で電話相談に思うこと、利点や困っていることなどを話し合いました。昨年度に実施したメンバーへのアンケートでは、「電話が繋がらなくて困っている」という意見が複数あったことの共有や、「電話が繋がらない場合は直接こかげに行きます」、「負けず嫌いだから、繋がるまで掛けます」といった意見が出ました。一方でスタッフも「来所している人の相談や入院中の人への訪問による支援などもあり、かかってくる電話すべてに出られない」という困りごとがありました。スタッフだけが頑張らなければいけない、メンバーだけが我慢しないといけないということではなく、お互いに「どうしたら電話相談がより良い相談の仕組みになるか」といった視点で意見交換をしました。来所できない人の相談を優先的に出るようにする、優先的に電話相談を利用する人は有料にする、相談の方法や内容が多様化しているなかで現状の人員で対応しきれない部分を地域の課題として発信する、といった話がされました。Kokage 知恵袋では、一つの答えを出さず、今後も継続して「困りごと」を共有して、自分でできること、協力してできることを考える場であることを確認して終わりました。今回は3月20日14時～を予定しております。電話相談のことも継続する予定ですので、ぜひ皆さんもご参加ください(^ ^)。(田中)

郵送時にこかげの住所記載に関するお知らせ

毎月、こかげ便り発送用封筒の裏面にこかげちゃんのハンコが押してありますが、4月号(来月号)よりその場所にこかげの住所を記載させていただきます。お引越し等で住所不明で戻ってきてしまった際に、郵便局より差出人を記載するようご指摘いただいたためです。ご理解のほど、宜しくお願い申し上げます。

新コーナー！

「私のリハビリ体験」についてお知らせ

2月号より新コーナーが始まりました。リハビリとは回復という意味がありますが、ここでは「自分らしく生きる過程」というテーマで、その人なりの「自分らしさ」を表現してもらいたいと思っています。書いてみたいという人は、こかげまでご連絡ください。お待ちしております！



更新面接と会費納入のお願い

早くも3月になりましたが皆さまいかがお過ごしでしょうか。年度末になりましたが、まだ更新面接されていない方、会費の未納がある方はご一報ください。

障害年金ってなんだろう??

私たちの生活にはお金は欠かせません。老齢年金や遺族年金をご存知の方が多いと思いますが、障害年金もごさいます。障害年金とは、病気やケガによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。

例えば、仕事をしていたが、障害によって働き続けるのが困難になってしまった。辞めると収入がなくなってしまう、でも続けられない。など。申請の要件もあり、等級によって金額も変わってきます。詳しくは「日本年金機構」のHP (<https://www.nenkin.go.jp/>) 「障害年金」を調べてみてください。こかげにて情報提供もできますので、お気軽にご連絡ください。

編集後記 東京大空襲の日について。

1945年3月10日は東京大空襲があった日、今年で74年が経ちます。編集委員会ではこの日を忘れてはならないと、皆さんの気持ちがあり今号に掲載しております。

警視庁の記録では、1夜で被災者100万人を超え、10万人前後の方が亡くなりました。東京大空襲という呼び方をされているが、1、2か月の間には名古屋や大阪でも被災しています。自分たちはこの歴史の上で生きているのだと改めて感じております。被災された方々のご冥福をお祈りいたします。

社会福祉法人豊心会 地域生活支援センターこかげ 平成31年3月
こころの健康と生活に関する相談をお受けしています



こかげ便り

〒170-0013 豊島区東池袋4-5-1-103 TEL 03-5958-1990
HP <http://www.housinkai.or.jp/> FAX 03-5958-2096



今月の巻頭言 アカデミー賞のお話

平成30年度最後の月になりました。年度末になると様々なイベントがありますね。学生でしたら卒業式、社会人なら定年退職、引越しや環境が大きく変わる人もいれば、あまり変わらない人もいます。その中で表彰されるということもあると思いますが、注目を浴びることが多いのがアカデミー賞ですね。そもそもアカデミー賞とは、アメリカ合衆国の映画賞であり、1927年設立のアメリカ映画芸術科学アカデミーによって、毎年、前年に公開された映画の中から、優れた作品や監督、脚本、俳優、撮影、etc.に対して与えられます。受賞者には通称「オスカー」と呼ばれる金色の像が授与され、賞金は出ません。第1回は11部門での受賞でしたが、近年は24部門に広がりました。その中の外国映画賞が1948年の第20回から加わり、日本映画では黒沢明監督の「羅生門」(1950)、稲垣浩監督の「宮本武蔵」(1954)が受賞。長編アニメーション映画賞が第74回2002年で新設され、宮崎駿監督の「千と千尋の神隠し」(2001)が受賞しました。

おそらく、皆さんの手元に届くころには結果が出ていると思いますが、予想は当たりましたでしょうか？それぞれの好みがあり、絞ることは難しいですね。こういった大きな賞を機会に様々なジャンルに触れて、興味の幅を広げてみてもいいかもしれませんね。

2019 豊心会/ハートランド友の会主催 カラオケ大会のお誘い

日時：2019年3月24日(日) 12時～15時

場所：第一イン池袋・レストラン「ピノ」(東京都豊島区東池袋1-42-8)

参加費：メンバー500円、友の会会員・他1000円 お一人様2曲まで歌えます。

ビュッフェバイキング・ドリンクをご用意しております。※申込期限は3月11日までです。

お問い合わせ・お申し込みは、(福)豊心会：03-3915-9051まで。



法人新年会を行いました！

1月25日(金)に大塚北口商栄会にある寿し常さんにて、日頃(福)豊心会でお世話になっている方をお招きした新年会を行いました。

ボランティア、近隣町会、事業所の方々、行政、議員の皆様など様々な方々が参加してくださいました。新年のご挨拶、これからの法人の活動のご報告や、皆様からは激励の言葉を頂きました。また、余興では、三遊亭はし好さんの演目「転失気(てんしき)」で盛り上がりました。ご出席頂いた皆様ありがとうございました。今後ともどうぞよろしく願い申し上げます。

(福)豊心会の事業総括を行いました！

2月9日(土)に(福)豊心会の事業総括を行いました。豊心会では年に1度、各事業所の振り返りや来年度の目標報告を行っております。今年度は諸般の事情で、各事業所の報告のみになってしまいました。それぞれの事業所の現状を知ることにより、新たな発見や、連携ができるのだと感じました。このような振り返りを行うことにより、来年度の課題も明確になり取り組めるのだと感じました。

事業総括にあたり、こかげを閉所させて頂きました。皆様のご協力ありがとうございました。

街で暮らそうVol. 15

こかげで活動している Re START のピアサポーターは現在 18 名、そのうち毎月の定例会に参加している人は約 8 名ほどです。ピアサポーターといっても職業として確立されているわけではなく、Re START の皆さんはボランティアとしてご自身の予定を調整して参加されています。それでも今年度は東京都、保健所、病院、大学など様々な関係機関から講演ご依頼を頂き、少しずつ活躍の場が広がってきています。平成 22 年からピアサポート活動を始めてきましたが、毎年の積み重ねが実ってきていることを実感します。もっとピアが活躍できる社会になるよう、こかげなりの立場で努めたいと思います（田中）。

暮らしのきずなを考える会

2 月 14 日(木)に今年度最後の暮らしのきずなが開催されました。今回はこかげリカバリーカレッジ第5弾として「高齢者福祉の視点から～これからの私たちの暮らしを考える～」のテーマで、高齢者福祉課の澤田係長からお話を伺いました。前半は豊島区の高齢者の現状や、地域包括支援センターの業務や役割を学び、後半は質疑応答を行いました。支援に繋がらない人への見守り支援や、障害福祉と高齢福祉の連携の話などがあがりました。介護保険だけでなく多くの支援業務を行っていること、障害と高齢の曖昧なラインでの連携の難しさなど、多くのことを学びました。

高齢化もあって今後増々高齢の利用者が増え、ニーズも多岐にわたり増えてくると思います。今回のお話はとても貴重な時間で、勉強になりました。次回は 5 月に開催予定です。

みんなの広場 ～投稿コーナー～

こかげ便りでは皆さまからの投稿作品をお待ちしております。小説やポエム、コラムなど、内容や文字数についてはスタッフまでお問合せください。



「こんな顔して乙女です③」

文月あきら
カップメン。インスタントメン
はまりすぎるエイジ
大阪の池田市のメーカーが
いまや地球食だ
チ○×ラーメン
ど△×
カ☆△ヌードル
汁は残しましょう
塩分取りすぎ
行きつく先は、ドーピング



「私の好きな曲 パートⅡ」

レオナルド・ボンド
「Jupiter」ジュピター平原綾香
あなたのその涙私の物にが一番
気に入っているフレーズである。
ジュピターはまだ女子大生の時の
デビュー曲であり、昨年 15 周年
を迎えた。グスターヴ・ホルスト
が作曲した組曲惑星の木星に
詞を付けた歌だが、昔 TV で見た
平原さんが一生懸命詩を付けて
いるシーンが忘れられない。壮大
な愛を歌ったこの歌は大ヒット。
ちなみに、我が家の固定電話の着
信音はジュピターになっている。

「執筆をしているときの私」

うるしばら秀男
今月号では、私について語ることにしよう。私は自由人なんだ。こうやって執筆しているときが一番生き生きしている。とても上機嫌で愉快なひとときとなる。ストレスも吹き飛ばんだ。そして、何よりも自分らしい自分でいられるんだ。もっとも、それに見合ったエネルギーは必要だがね。
読者の方々も、そのようなひとときを送られることを願ってやまない。人生は捨てたもんじゃないぞ！

こかげ 3 月予定表

日	月	火	水	木	金	土
3 月お休みのプログラム ・夕食会					1 お便り編集委員会 14:00～15:00	2 囲碁・将棋 15:00～18:00 カラオケサークル 14:30～16:30 @大塚駅前 歌広場
3 日曜開所 コスモス 茶話会 14:00～	4 パソコン教室 18:00～19:00	5 Re START @としま南池袋 ミーティングルーム 15:00～ (初めて参加希望の人は前日までにスタッフにお知らせください)	6 夕食サービス 18:00～	7 <閉所>	8 家族相談 15:00～16:00 仕事ミーティング 18:00～19:00 @こかげ ※オープンスペースは18時に閉所になります。	9 囲碁・将棋 15:00～18:00
10 <閉所>	11 パソコン教室 18:00～19:00	12 パソコン教室初級 16:00～17:00	13 夕食サービス 18:00～	14 <閉所>	15 手話サークル 15:00～16:00 テーマ: さくらの名所	16 囲碁・将棋 15:00～18:00
17 <閉所>	18 茶の湯 14:00～15:00 パソコン教室 18:00～19:00	19 お華のグループ 15:30～16:30 英会話 18:15～19:00	20 Kokage 知恵袋 14:00～ 夕食サービス 18:00～	21 <閉所> 春分の日	22 	23
24 <閉所>	25 権利擁護相談 14:00～16:00 (要予約) パソコン教室 18:00～19:00	26 パソコン教室初級 16:00～17:00	27 夕食サービス 18:00～	28 <閉所>	29 	30

*3 月の専門相談(事前にご予約ください。)

家族相談:3 月 8 日(金)15:00～16:00
権利擁護相談:3 月 25 日(月)14:00～16:00



*グループ活動について

◎仕事ミーティング、夕食会、夕食サービス、カラオケサークル、専門相談は事前予約が必要です。締切日等、詳しくはスタッフまで、よろしくお願ひいたします。
◎仕事ミーティング、夕食会、夕食サービスの当日キャンセルにつきましては実費いただきますのでお気を付け下さい。

パソコン教室(月曜)
3 月の予定
インターネット

※変更になることがあります

<開所時間>

月 火 水 金 13～19 時
(木曜日は閉所)
土 曜 11 時～18 時
毎月第 1 日曜 11 時～18 時

- ◆JR 池袋駅 東口より 徒歩 15 分
- ◆東京メトロ有楽町線 東池袋駅 6・7 番出口より 徒歩 2 分
- ◆都電荒川線 東池袋四丁目駅より 徒歩 3 分

