

## 職員にインタビューをやってみよう！コーナー～山畑 香さん編 ③～

本インタビューは昨年度実施して、平成30年5月号から連載となりました。現在、山畑職員は法人内のフードサービス事業所の主任として勤務していますが、こかげには月に1回お華のグループに来ています。

### ⑥なぜ福祉の道を選ばれたのですか？

東京家政大学で、上野理事長の授業を聞いて人と人が多様性を認め合う福祉の職業に惹かれたため。

### ⑦人と接する場合、何を一番大切に心掛けていらっしゃいますか？

もし、自分が相手だったらどう思うかを考える。

### ⑧あなたにとって幸せって何ですか？

家族とか友人など大切な人と一緒にいる時に幸せを感じる。



## てあとるみのり公演のお知らせ。

「FF ファンタジー」

2018年7月28日12時30分～

会場：豊島区北大塚2-32-22@萬劇場

今回より新設された「地元枠」として、ショートストーリーコレクションに初参加いたします！  
一度の公演で30分×3団体の対バン形式の上演企画となっております。

チケット料金：前売 3000円  
当日 3500円  
～絶賛発売中です～

チケットのご購入方法・てあとるみのり専用ページ URL

<http://ticket.corich.jp/apply/91729/109/>

詳しくはハートランドみのりまでお問い合わせください。



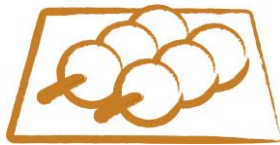
## 情報提供 忍者食 ～秘伝の優れたもの 再現～

忍者食について編集委員会で話題になりました。

「戦国時代、甲賀（滋賀県）の忍びの末裔、藤林孝行さんが忍者食の再現を思い立つ。老談集に載っている兵糧丸のレシピを参考にした。また、万川集海に記された飢渴丸や水渴丸も試作した。」読売新聞より。

レシピが気になる方は「読売新聞、忍者食」とインターネットで調べてみてください。

最近では大阪で地震があり、お店の商品がなくなることもありました。簡単に作れて栄養のあるものを知っておくと、いざという時に役に立つかもしれませんね。



## 編集後記

土用の丑の日とうなぎについて。そもそもうなぎを食べるようになったきっかけは、旬が初冬のため夏場には売れ行きが伸びず学者の平賀源内に相談したところ、「本日丑の日うなぎの日食べれば夏負けすることなし」という看板を立てたら大繁盛したことで、他の店もマネして広まったそうです。しかし、日本ではうなぎを食べられなくなってしまっているかもしれません。理由はうなぎの価格高騰。原因としては乱獲や河川の環境破壊が考えられています。うなぎのためだけでなく、環境について見直してみてもいいかもしれませんね。



社会福祉法人豊心会 地域生活支援センターこかげ 平成30年7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

## ワールドカップとこかげの軌跡



梅雨が明け、本格的に夏が始まりました。暑くなりお部屋のクーラーで涼む方や、逆に辛い物を食べて汗をかきたい人もいます。そんな中、今年で一番日本を熱気に包んだことはサッカーワールドカップではないでしょうか。先日行われたワールドカップ初戦。サムライジャパンは南米チームであるコロンビアとの試合でした。アジアのチームは南米のチームに勝利したことが無く、かなり厳しい戦いになると予想されていました。結果は見事2-1で快勝しました！！おめでとうございます！また、決勝点を決めた大迫選手を応援する意味で「大迫半端ないって！」という言葉が流行語を取るのではないかとともにしていますね。今後の試合も見逃せません。

こかげとしても4年間で様々な変化がありました。スタッフの入れ替わり、プログラム内容、そしてこかげの看板キャラこかげちゃんの誕生。これまでこかげとして活動してきた事は、地域の方々の支えがあったからです。今後も共に支え合い誰でも暮らしやすい街によりなれたらと思います。宜しくお願い致します。

## オープンスペース (OS) 開所時間変更のお知らせ

先月より、仕事ミーティングが行われる日のみ18時～、OSを閉所させていただいております。ご理解の程、宜しくお願い致します。  
※電話相談は19時まで受け付けております。

## こかげ閉所日のお知らせ

7月27日（金）は豊心会の活動報告会のため、こかげは閉所となります。皆様のご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。

## 夏場に伴うごみの分別について。

梅雨や夏場など、気温が高くなってくると気になるのが、ゴミ箱やキッチンの生ゴミのニオイです。1日置いておくだけで、ちょっと腐ったようなニオイがすることもあります。生ゴミのイヤな臭いは、生ゴミを餌にして、何種類もの菌やカビが増殖する中で出された臭い物質が混ざり合って、強烈な臭いを発生させているそうです。

こかげのオープンスペースでも、食後のゴミを捨てる時に気を付けていただくようメンバーのみなさんにご協力いただいております。夏の生ゴミの臭い対策としては、①できるだけ水分を切る②新聞紙にくるむ③ビニール袋に入れた後、空気を抜いてしっかり縛るといった処理の仕方があります。その他にも

コーヒーやお茶の出がらしを使う、酢やクエン酸をスプレーする、牛乳パックを使う、冷蔵庫または冷凍庫に入れる、などの方法があるそうです。

みなさんできることから実践してみませんか。



# こかげ 7 月予定表

## 街で暮らそう Vol. 71

今回は地域移行支援のちょっとしたお話しを書きたいと思います。入院中の方はなかなか外出する機会が少ないという現状があるのですが、地域移行支援の一環で外出する時には、食事を楽しみにされる方が多くいらっしゃいます。有名なラーメン屋で食べたり、大盛りのハンバーグ定食を食べたり、デパートにあるレストラン街でちょっと豪華な食事をしたり…やはり生活の中で食事は大切なことだなと感じます。もちろん健康的な病院の食事も大切なのですが、時には好きなものを食べられる生活というのが生きがいにもなると思います。(T)

### 暮らしのきずなを考える会 平成 30 年 6 月 14 日 (木) 18:00~@こかげオープンスペース

今回はこかげの平成 29 年度実績報告書をもとに、その内容の報告がありました。「昨年度は、メンバーさんに、こかげの活動についてのアンケートをとった」との報告をうけて、実施したアンケートの生の声を報告に載せると数字が活かされるのではないかと意見をいただきました。また、こかげの実績報告を受けて、こかげの利用者数の減少、登録会員と非会員の混在、等の話から、「ここへ行ってみよう」と思う判断を皆さんはどのようにしているのか、そして「場」の魅力の発信はどうしているか、という問いかけについて意見交換をしました。「噂を聞いて、誰かに聞いて来た、というパターンが多いのでは」「相談という形ではなく、お話だけでも OK というのがよい」「人がいっぱいだと入りにくい」「植物を置いたり、ウォールステッカーを貼るなどの雰囲気づくりをしている」「来訪者にはお茶を出す」などの意見が出されました。

次回は、平成 30 年 7 月 12 日 (木) 18:00~こかげに開催予定です。

テーマは、“こかげリカバリーカレッジ第 3 弾 オープンダイアログ研修の報告”を予定しています。みなさん是非ご参加ください。

### 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。



### 「文月あきらとは何か？」⑦

ボルチャーチョスズキ

最後に、文月が 20 周年でこの様なことを言っていた。「やっと、これだけ書けるようになったのか。まだこれだけしかしか書けないのか。そんなレベルだ」と。「文月は進化し続ける。絶筆のその時まで」「いい意味で期待を裏切る」と、こかげに来る代理人を通じて、このボルチャーチョにコメントしていた。楽しみである。



### 思い通りにならないのが人生

うるしばら秀男

人生、思うようにならないのが当たり前。自分の思う通りにならないと不機嫌になるのは傲慢極まりない。目先のことはばかり見てはダメだ。物事の本質を見て大局をとらえ気を大きく持とう。そうすれば難局に合っても打開への道が見つかるものだ。私は自戒の念も込めてそう思う。



日	月	火	水	木	金	土
1 日曜開所 コスモス茶話会 14:00~	2 パソコン教室 18:00~19:00	3 Re START @豊島南池袋 ミーティングルーム 15:00~(14:45 にこかげ出発)	4 夕食サービス 18:00~ ~未定~	5 <閉所>	6 お便り編集委員会 14:00~15:00  仕事ミーティング 18:00~19:00 @こかげ	7 囲碁・将棋 15:00~18:00
8 <閉所>	9 パソコン教室 18:00~19:00	10 パソコン教室初級 16:00~17:00	11 夕食サービス 18:00~ ~未定~	12 <閉所> 暮らしのきずな を考える会 18:00~	13 プログラムはあり ません。	14 囲碁・将棋 15:00~18:00
15 <閉所>	16 <閉所> 海の日	17 英会話 18:15~19:00	18 夕食サービス 18:00~ ~未定~  フリートーク 15:00~16:00	19 <閉所>  ~メニュー~ 麻婆豆腐、ごはん、 中華スープ、その他 ※変更の可能性があ ります	20 家族相談 15:00~16:00  手話サークル 15:00~16:00  夕食会 18:00~19:00 @マイファーム	21 囲碁・将棋 15:00~18:00
22 <閉所>	23 茶の湯 14:00~15:00  パソコン教室 18:00~19:00	24 パソコン教室初級 16:00~17:00	25 夕食サービス 18:00~ ~未定~	26 <閉所>	27 <閉所> 活動報告会	28 カラオケサークル 14:30~16:30 場所: カラオケボックス @大塚駅近辺
29 <閉所>	30 権利擁護相談 14:00~16:00 (要予約)  パソコン教室 18:00~19:00	31 お華のグループ 15:30~16:30				

### \*7月の専門相談(事前にご予約ください。)

家族相談:7月20日(金)15:00~16:00  
権利擁護:7月30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、運動グループ、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、よろしく願いいたします。  
◎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)  
7、8、9月の予定  
エクセル

※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

