

地域生活支援センタープラッツ

2020年 2月 【月間予定表】



日	月	火	水	木	金	土
						1 Platz Fitness
2	3	4	5	6	7	8
PC塾 野田先生		3月PC塾 申し込み開始 お茶会	休館日	食堂申込×切日	Platz Entertainment	Platz通信 投稿×切日
9	10	11	12	13	14	15
休館日		憲法記念日 休館日	休館日		栄養相談	カラオケ
16	17	18	19	20	21	22
PC塾 二宮先生	プラッツ食堂	お茶会 PMK	休館日		詰め会	臨時休館日
23	24	25	26	27	28	29
天皇誕生日 休館日	振替休日 休館日	お茶会	休館日	カラオケ	ミュージック アワー	第33回 精神保健福祉 講座開催日

◎毎週木曜日（カラオケは除く）は、ボランティアの井上さんが交流室に滞在されます。
◎野田先生のPC塾は『2日』、二宮先生のPC塾は『16日』に開催します。
◎Platz Fitnessは『1日』に開催します。

～職員の一言～

今年は暖冬と言われてはいますが、寒い時は寒いですね…。風邪の横行する時期になるので、うがい・手洗い・笑顔！を忘れずに……。



《プラッツ食堂のお知らせ》

今月は2月17日（月）に実施します。申し込み受付は、2月6日（木）19時までです。締切日にご注意ください。

MENU

- *スタミナポーク
- *ごはん、味噌汁
- *ごぼう金平
- *他おかず一品
- *小松菜のかき玉あんかけ

《Platz Entertainment お知らせ》

2月のPlatz Entertainmentは映画を上映します。上映作品は『プーと大人になった僕』です。

日時：2月7日（金）14時から

場所：プラッツ交流室

内容：ディズニーの人気キャラクター「くまのプーさん」を、初めて実写映画化。大人になったクリストファー・ロビンが、プーと奇跡的な再会を果たしたことをきっかけに、忘れてしまっていた大切なものを思い出していく姿を描くファンタジードラマです。実写版ならではのかわいらしいプーさんと仲間たちにも注目です！

《初詣》

1月6日（月）に初詣に、立川の熊野神社に行って参りました。静かながら、地元の方も参拝をされている素敵な神社でした。また、食事は大戸屋で新年のランチを楽しみました。

《1月PMK報告》

職員より

➢ 2月のPlatz Entertainmentで映画を上映するため、観たい作品を募集しました。皆様の意見をお聞きし、職員で検討をした結果『プーと大人になった僕』を上映することになりました。詳細は左欄へ記入しています。ご確認ください。

《臨時休館のお知らせ》

2月22日（土）ははらからの家福祉会・万葉の里共催企画『第33回精神保健福祉講座 病んでも認知症になっても、このまちで。～誇り・味方・居場所～』を開催します。

当日は職員が多数参加いたしますので、プラッツを臨時休館とさせていただきます。お間違えないよう、よろしくお願いいたします。

定例プログラム

◇：登録不要

★：登録要・事前予約制

- ◇ お茶会 14:00～15:00
- ◇ プラッツ食堂 17:00～ ※×切はその都度お知らせします。（400円前払い要）。
- ◇ 詰め会 14:00～ 正式名称「プラッツ通信詰めちゃおうぜ会」
- ◇ Platz Fitness 14:00～15:00 音楽に合わせてみんなで体操します。
- ◇ カラオケ 14:00～16:00 みんなでカラオケを楽しみましょう。
- ◇ ミュージックアワー 16:00～17:00 1人1曲を持ち寄りみんなで鑑賞しましょう。
- ◇ プラッツゲーム 13:00～15:00 不定期開催（開催日程等、通信にてお知らせ）
- ★ パソコン塾 13:20～ 14:00～ 14:40～ 15:20～ 16:00～
（前月最初の火曜10:00より申込受付）マンツーマンの個別指導。
- ★ 栄養相談 16:00～ 管理栄養士による個別面接。
- Platz Entertainment 不定期開催（開催日程等、通信にてお知らせ）

投稿コーナー

プラッツを利用されている皆様の投稿コーナーです
みなさんの作品をお待ちしています！

プラッツ通信 2月

2020年1月23日(木)発行

第235号



絵：クニ-

雪がふる
白い景色が
なつかしい

P.N.H.I

『中也に寄せて』

P.N. 詠み人知らず

汚れつちまつたと彼の言う
汚れつちまつたと人の言う
汚れつちまつたと我の言う
”汚れつちまつたと”と幼き我の言う
汚れつちまつたと黄昏の言う



7 戦車

『挑戦』

電器屋で初めてスマホを手に入れた時、「アカウントって何ですか？」と店員に聞いた。教えてくれなかった。

相続がすんだあと、母親がやっていた株を引き継いで、株式を始めた時、「ファイって何ですか？」と証券会社の営業員に聞いた。やはり教えてくれなかった。

それより前に、一人生活の必要性にせがまれて、引っ越しなんてしたくないのに家を出なくてはならなくなった時、皆のいる所で、(母のケアマネージャー、ヘルパー、地域生活支援センターの職員)「2.L.D.K.って、結局どういうイミですか？」と聞いた。誰も教えてくれなかった。

ある時、テレビを見ていたら、NHKの年輩の男性アナウンサーは、「アブリって何ですか？(知りません)」と云っていた。だからか、そんなことではイケナイ、『学びなさい、挑戦しなさい』とばかりに、そのアナウンサーは、スマホ講座の新番組のレギュラーとなって登場した。

P.N. レスビーギ

『梅のつぼみが膨らむ頃』

今年の立春は2月4日。冬至と春分の真ん中でまだまだ寒さが続きますが、暦の上では春の始まりとなります。「梅一輪一輪ほどの暖かさ」(服部嵐雪)と詠まれています。少しずつ梅のつぼみが花開き、徐々に気候も暖かくなっていくのが待ち遠しくなりますね。梅の花は、年の初めにあらゆる花より早く咲き始めることから別名「春告草(はるつげぐさ)」とも呼ばれます。今号では、日本になじみ深く、これから花の見頃を迎える梅に焦点を当ててみたいと思います。

梅の原産地は中国で、奈良時代以前に遣唐使によって日本に持ち込まれたと考えられています。日本の風土によく合ったことから平安時代に広く普及しました。江戸時代にたくさん品種改良等が行われ、現在は300種以上あると言われています。※諸説あります

梅は、昔から日本人の生活に深く関わっており、言い伝えやことわざも数多くあります。例えば、「梅はその日の難逃れ」というように、朝出かける前に梅干しを食べるとその日一日を健康に過ごすことができるといわれています。梅には殺菌効果がある為、昔から旅人が薬として携行していたそうです。また、「梅に鶯」は非常に取り合わせが良いことを表します。花と声によって、ともに春の訪れを知らせる梅と鶯は、絵になる素晴らしい組み合わせと言えます。

多摩地域には、これから梅の花の見ごろを迎える名所があります。府中市郷土の森博物館では園内に60種1100本もの梅が咲き、2月中旬から3月上旬にかけて「梅まつり」が開催されます。日野市にある京王百草園では、樹齢300年を越すとされる名木「寿昌梅」が見られるほか、「つるし雛まつり」といったイベントも開催されます。さらに、青梅市の吉野梅郷エリアでは、2月下旬から3月下旬にかけ、4500本もの梅が順に咲き誇ります。市内には和菓子店も多く、梅にちなんだ銘菓が人気です。外の風はまだ冷たいですが、ひとあし早く春を感じに、観梅に出かけてみてはいかがでしょうか。ちなみに、わたしの出身地茨城県には偕楽園という梅の名所があります。日本三名園に数えられていますが訪れた記憶はありません…。この巻頭言を書きながら、いつか梅を見に行ってみたいとほんのり思いました。

地域生活支援センタープラッツ 山下英香

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)