

# 地域生活支援センター フラッツ

## 2016年4月(月間予定表)



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						Wii カラオケ
3	4	5	6	7	8	9
PC塾 野田先生	フラッツ 食堂	お花見 5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
10	11	12	13	14	15	16
休館日		お茶会 プチ韓国語	休館日	Wii カラオケ		
17	18	19	20	21	22	23
	フラッツ 食堂	お茶会 PMK	休館日	フラッツ投稿×切		わくわく 体操
24	25	26	27	28	29	30
休館日		お茶会	休館日	詰め会	昭和の日 休館日	

- ・ 5日(火) 13:30~お花見は、雨天の場合、14:00~お茶会となります。
- ・ 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が交流室に滞在されます。

### ☆今月の保坂さんの一言☆

最近傘の忘れ物が増えています。3月末で一旦かたづけますがビニール傘以外は4月末まで保管しておきますので心当たりの方はお申し出ください。



### ~3月15日 PMK 報告~

- ① 月1回くらい、スポーツをしませんか?  
メンバーさんから国立市にある「東京都多摩障害者スポーツセンター」についてお話がありました。体育館やプールがあり、バドミントン、卓球、ソフトテニスなどができます(以前、フラッツのプログラムで利用したこともあります)。初めて利用する際は障害者手帳を持参し、「センター利用カード」を発行してもらう必要があります。いつ、どこで、どのように、どんな目的でスポーツを楽しむのか、継続検討していきます。
- ② 国障連(国分寺障害者団体連絡協議会)バスハイク  
メンバーさんから、日にちや行先についてご質問がありました。日にちは5月28日(土)です。行先は小田原方面、その他詳しいことは、決まりしだいチラシなどでお知らせします。
- ③ フラッツからのお知らせ  
お薬講習会: 3月24日(木)14:00~15:30に行われる講習会のチラシを回覧してお知らせしました。  
お花見: 4月5日(火)に行くことをお知らせしました。場所や時間は下記のとおりです。みなさま、ぜひご参加ください。

フラッツ食堂  
四月四日  
ごはん  
みそ汁  
オムレツ  
(ミックスベジタブル入り)  
ひじきときくらげの煮物  
中華サラダ  
コーヒージェリー

四月十八日  
ごはん  
みそ汁  
豚しゃぶ  
おからの煮物  
マカロニサラダ  
フルーツ

### 「お花見」

日時 4月5日(火) 13:30~15:00  
場所 武蔵国分寺公園  
集合 13:30 武蔵国分寺公園 東側入口  
または 13:00 フラッツ交流室  
費用 無料

申込 必要。交流室ホワイトボードにお名前をご記入ください。

所外活動プログラムですので、申込みは登録者に限らせていただきます。桜を眺めつつ、春の一日をのんびり過ごしましょう。たくさんのご参加、お待ちしております。雨天の場合は、14:00~ふだんのお茶会を行います。

### 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
- ◇ フラッツ食堂 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)

そして、よろしくお祈りします。

春、本番ですね。行政委託業務も多いプラッツは、毎年4月からが年度の始まり、節目となります。

プラッツ通信3月号などでお伝えしてきたとおり、前任の所長・山内さんはこの3月末をもって、その役職と当法人職員を辞されております。3月22日の送別会には、交流室から溢れんばかりのメンバーさんらが集まり、数えきれぬほどの惜別の挨拶が交わされ、散会後も交流室からは、長らく談笑の声が聞こえてきました。

私が技術屋のサラリーマンから一転、地域福祉と対人支援を志し、働き始めて2つめの福祉現場が、はらからの家福社会であり、支援センタープラッツでした。職場、人生、専門職の大先輩であり、共に働く仲間でもあり、。とても書ききれませんが、大切な恩人のひとりです。先号にありました、ご自身の第3の人生をきつと、ご家族らと共に大切になさると信じています。

この間さまざまな媒体にて、はらからの家福社会では求人募集を続けてきました。平成27年度に2名の退職者が居たプラッツは、皆さまの拠り所であり続けるために、そのチカラを失うわけにはいきません。私は、支援活動と意思のバトンを受け継ぎ、よりよいカタチに昇華していける、国分寺市という町をより暮らしやすくする一助であり続ける、そんなより力強いプラッツに寄与したい。そんな思いで、後任の所長へと着任いたします。まだまだ至らぬ所もあるかと思いますが、これからも何卒宜しくお願い申し上げます。

そしてどうか末長くはらからの家福社会を、皆さまと地域社会と共に歩み続ける、希望の拠点として。

～ 奥澤拓史（おくざわひろのぶ）～

## ～平成28年度プラッツ登録更新のお知らせ～

平成28年度登録メンバーを対象に、4月～6月に個別で登録更新面接を行います。利用継続を希望される方は必ずお受けください。面接予約は随時受け付けます。ご都合のよい日をプラッツスタッフまでお知らせください。面接の際には、①同封の平成28年度登録用紙（おもて面をご記入ください）、②年会費 1,200 円、③印鑑をお持ちください。不明な点はプラッツスタッフまでお問合せください。緊急時に精神薬の処方分かるように、精神科の処方箋かお薬手帳のコピーをプラッツでお預かりすることができます。ご希望の方は最新の処方箋かお薬手帳をお持ちください。

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

## 「桜の季節……?!」

桜は昔から日本人が好んできた花だ。桜を愛でる心は、西洋人が薔薇を愛でる心とはまったく違っていいほど、違う。

桜の淡い色合いは華美ではないが、ほのかな香りには飽きることがない。棘を隠し持っていることもない。そして桜の花はハラハラと散ってしまう。自然の赴くままに散る準備ができています。こうも儚げで、風で散ってしまう花、桜。

が……ちょっと待てよ?

昨今の花見でも思い出してみよう。花が散ったら完全に無視だ。ちょっと酷くないか? 花見じゃ桜は添え物、浮かれ騒ぐ口実になってしまった。思えば葉桜だって、紅葉だって美しいのではないだろうか。そして冬を耐え忍び、今年も桜は花を咲かせている。

ペンネーム ワタル



ペンネーム「Little Cony」

ペンネーム 白川 千里  
雨が降り  
まわりの景色  
心がなぜか  
なごやかに  
おひなさま  
新しく買い  
飾ったら  
若い二人の  
美しき顔

## 投稿コーナー

### 「桜と旅立ち」

父があこの世に逝って一年が過ぎた。今はもう思い出に変わった。桜の花びらが包みこむように父は風と共に旅立った。あの日最後の顔を見たとき爽やかにそして散っていく桜の木はとても綺麗だった。ああ、桜の花びらは美しいな。そう思って静かに目を閉じて父を見送った。大粒の涙を流した言葉にならないほど精一杯の声で花をたむけた。でも旅立った父はきっと幸せだったと思う。僕はこれからの人生を大切に生きていきたい。地に足をつけて一步一步長い道を歩く。お父さん、沢山の思い出を残してくれたね。そして僕たちを愛してくれたね。僕はお父さんの子で良かったよ。だから安心して旅立って永遠の眠りについてね。一年が過ぎても思い出だけは忘れないから。お父さん、ありがとう。大好きだよ。

ペンネーム 烈火

ペンネーム ローズマリー

なかなか完治しない。左胸は目の上のくぶに似て。気にかかり、気が滅入る。合唱に行きたいが、2カ月間、回費のみ払い、練習していない。三月十九日より、働く予定にしているが、最初は怖る怖る定食のお重を、拭くのだろう。シユール・ベルヌの『年間の休暇』という小説があるが、『二カ月間の療養』というのもあるのだ。友人の家に行く予定もキャンセルせざるを得ないとは、いつまでこの痛みが続き、いつ癒えるのだろうか。