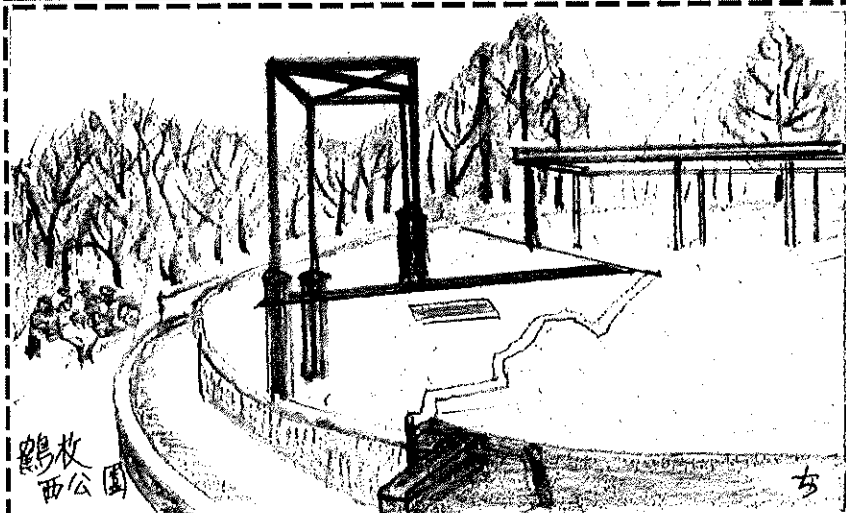




〒206-0025  
東京都多摩市永山4-2-3-104  
TEL:042-374-3201  
E-mail:fukusitei@bz01.plala.or.jp  
URL:http://www.fukusitei.org/

## 特定非営利活動法人 福祉亭



### 福祉亭からのお願い

福祉亭はNPO法人として新たな会員も募集しております。一般会員会費は年間1000円です。「福祉亭応援団」として、ご参加いただければ有難いです。なお、法人の皆様には賛助会員としてご支援をお願いしております。皆様の支えによってはじめて地域での活動ができますので、よろしくご協力をお願いします。

### 中部地域包括支援センターだより

「皆さんお世話になりました。そしてこれからもよろしくお願いします」

皆さん、緊急事態宣言中ですが、体調等お変わりありませんか？寒暖差が大きい昨今です。体調には十分注意してください。

コロナもワクチン接種が今後始まってきますが、接種するまでは、まだまだ気を抜けない状態です。多摩市は、この原稿を記入しているときは590名、恐ろしいことに60代以上の方が徐々に増えています。発表にはなりません、亡くなっている事も事実です。皆さん十分注意してくださいね。

ここで皆さんに発表があります。

実は、これまで移転オープンの時からお世話になっておりました、木下が転勤になることが正式に決定しました。

今後は、永瀬を中心に新中部包括が、地域を駆けずり回ることになります。今後も、変わらず皆さんと一緒に地域で、お手伝いさせて頂きたいと思っております。

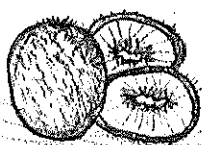
宜しくお願いいたします。

中部地域包括支援センター長 木下 公大

### 令和3年3月の福祉亭

福祉亭は先月からコロナ禍で時間短縮をした暫定営業を続けております。15時閉店は、ご利用者には不便、不自由をおかけしていることとお詫びいたします。ただ、定食の食材調達、まだ日のある間にでき、帰宅間21時が、19時に改善！！家族との夕食時間が普通時間帯で、できるようになっています。70代の体の疲れかたが、はっきり軽減ご協力に感謝です。ありがとうございます！！

コロナ禍は地域にいろいろな禍根をのこしています。外出自粛でうち時間が増え、フレイル状況の高齢者をふやしています。身体を動かさないため全身の筋肉が落ち、体調不良の一手手前に。ステイホームで他者とのコミュニケーションの機会がとれずフラストレーションを起こしている方が増えております。一日も早い日常の回復が望めますが、ウイルス達も生存をかけた人類への攻勢を強めています。人類に軍配が上がるようもう少し我慢を継続しましょう。



俳句

・ コロナ禍の終息祈り春を待つ

沙崙

・ 寒牡丹男結びの菰の中

光子

・ 湯豆腐の命の基を頂いて

量子

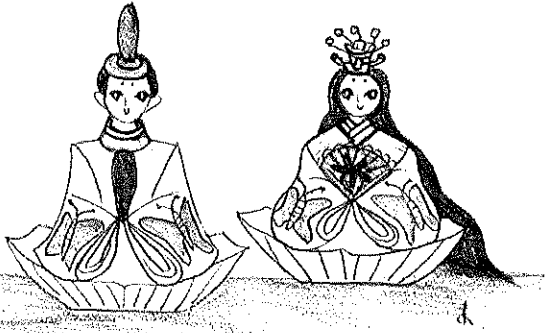
・ 詠みきれず苦虫かみし初句会

のばな

・ 日陰道不機嫌そうな花八手

花野

いん人形



仏像が好きだった和子さんへ

浜崎登志子

あなたは20代の若さで仏像が好きだった  
あなたのそばについて  
いつも仏像を見にいきましたね  
仏像のなかにあなたが惹かれていったのか  
あの時、不思議で私にはわからなかった

あなたが見つめる先の仏像に  
まるで祈るような姿をして  
黙って立っていた和子さん  
若かったあなたの心の中が今、知りたいのです  
あなたは常に姿勢を正し  
仏像に恋をするように立っていた

私は未知なまま、あなたの横に  
ぼんやりと立ってあなたの横顔を見ていた  
仏像のどこに魅力があったのだろう  
今、亡くなった和子さんに聞いてみたい

あの時のあの若さで  
仏像を恋するように  
どうして仏像を祈るような目で立っていたのか

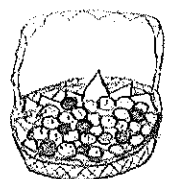
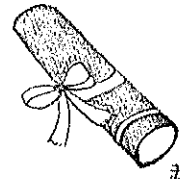
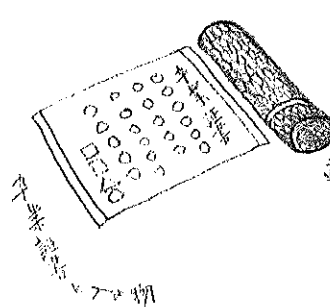
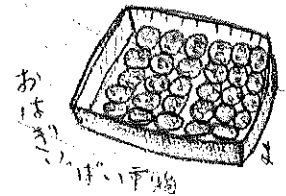
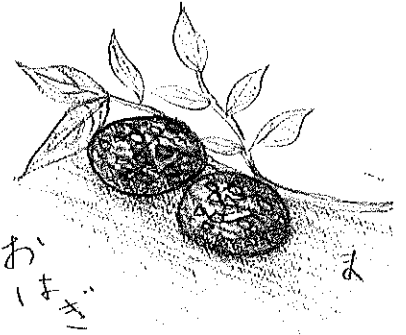
ぼおーと見つめている私の目と  
祈るように見つめている和子さんの目と  
いったい何が違っていたのだろうか  
今、和子さんにきいてみたいです  
語り合いたいです

あの時の私と和子さんの心には  
きっと大きな差があったのだろうと  
今ならわかります

あなたのお兄さんも亡くなり  
和子さんも亡くなり  
今、私は仏像の前にひとり立っています

そして不思議と私は真面目に  
仏像を彫ってみたいと思っています

あなたのことが  
本当に知りたくて  
会いたくて



「バリアチェック」、この言葉に馴染みのないかたもおられると思います。今、私たちは、試行期間として、5人でとりかかっています。

歩行時、転倒等の危険性があらかじめ予測される箇所を、主に、チェックしています。そして、バリアを改善に導くことで、街の保全や、歩行者の安全を確保したいという取り組みです。チェックの範囲は、永山地区全体としています。2月末現在で、既に5コースを歩いています。準備は、昨年秋から始めていました。

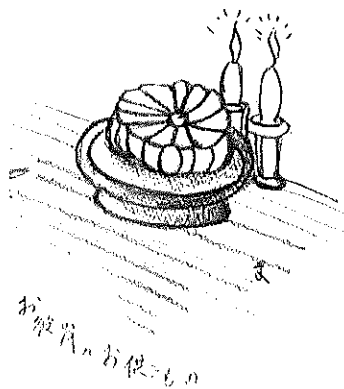
コロナ感染者数が急速に増加したこの第3波で、緊急事態宣言が発出され、福祉亭は、1月12日から今年の春に続いて、二度目の臨時休業に入ることになりました。正月明けからほんの一週間経過しただけでした。

休業中の取り組みとして何をやるべきかを考えた時、即バリアチェックと決めました。とりかかってみると、ジツに、おもしろいです。街の風景が変わるのです。いつもの見慣れているはずの風景とは、また別の風景に出会えるのです。同じ街でありながら。旅行の時に似た新たな発見、そして、感動と新鮮な喜びがあります。

私たちが気づかないうちに街も、その姿を少しずつですが、変えていることに気づかされます。そして、当たり前のように思い込んでいた風景が、角度をちょっと変えるだけで、別の街のような表情を見せるのです。

いろいろなおしゃべりしながら、風景に見とれて肝心のバリアを見落として、ふっと気づくような時もあります。5人がそれぞれ、お役を担い、力を合わせています。

私は、地図を読むことが極度に苦手なのですが、バリアチェックのお供をするうちに、やっと、なんとか現場箇所を地図上に落とし込むコツをつかんできました。こんなふうに分の中での小さな変化に気づくことも、面白いし、楽しいです。バリアを探して歩いた日は、心地良い疲れで、良い眠りにつきます。



日本の季節は、四季ではなく五季なのだそうです。春夏秋冬ともう一つ土用という期間をさします。その期間というのは、立春・立夏・立秋・立冬の前の18～19日間のこと。季節の変わり目であり、次の季節を迎える準備期間です。この期間は「気」が乱れ、風邪をひいたり、体調崩したり、気分が落ち込んだりということが起こるのだそうです。ちなみに、今年の春土用は4月17日から5月4日までです。

次のような新聞記事も見つけました。

春夏秋冬。日本人は古来、四季の寒暖に合わせて暮らしをいとなんできた。新型コロナ禍で新しい日常が求められるいま、〈これからは「春夏秋冬」に「災」を加えた五季を意識しながら、日々の生活のリズムを作っていくかないといけないのかなア…〉。萩本欽一さんが週刊誌の連載で語っていた。

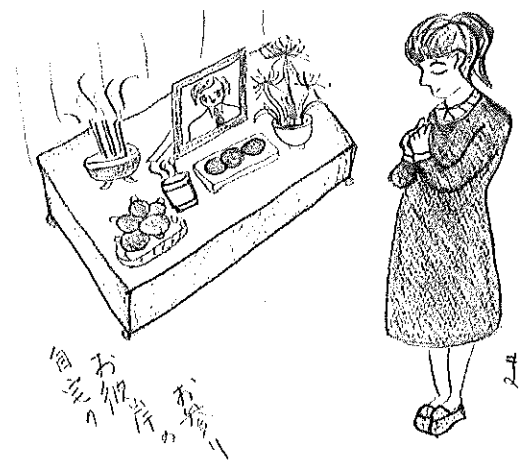
◆……「観天望気」という古い言葉がある。昔の人たちは雲の形や動き、風の吹き具合、月や太陽の見え方などから経験的に天気を予想した。……◆

季節の変化は色や音、香り、味わいといった五感で感じ取る。欽ちゃんの言う通り四季に「災」を増やすなら、五感にも一つ加えて研ぎすませたい。危険を察知する「第六感」を。」(佐賀新聞LIVE2020/6/27「『五季』の時代」より)

土用は、特に季節のお野菜を取った方がいいと言われていいますので、春キャベツや菜の花などオススメです。

コロナとの闘いも、ワクチン接種という光明も見えるところまで来ています。皆さんも、五感をよく働かせることももちろん、引き続き感染予防のために、コロナに対する第六感を研ぎすまし、うまく乗り切っていきましょう。

私たち厨房でもお料理を通じて、そのお手伝いが出来ればと思っております。



永山福祉亭 2021年3月 カレンダー 毎週月～土曜日ミニデイの日

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	3密避けて お茶のみ交流 10時～15時
7 休業	8 若人塾 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	9 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	10 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	11 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	12 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	13 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時
14 休業	15 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	16 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	17 若人塾 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	18 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	19 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	20 休業 春分の日
21 休業	22 若人塾 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	23 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	24 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	25 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	26 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	27 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時
28 休業	29 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	30 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時	31 3密避けて お茶のみ交流 10時～15時			

永山福祉亭 利用可能時間 10～15時（但し、調理業務は14時45分でオーダーストップ）  
 カレンダーの予定は多少変更があることがあります。ご了承下さい。定食は日替わりでご用意しております。  
 毎日の定食は日替わりのメニューで温かいご飯とおかずと味噌汁がついています。お召し上がり下さい。

永山福祉亭 永山名店街内 TEL 042-374-3201 永山4-2-3-104