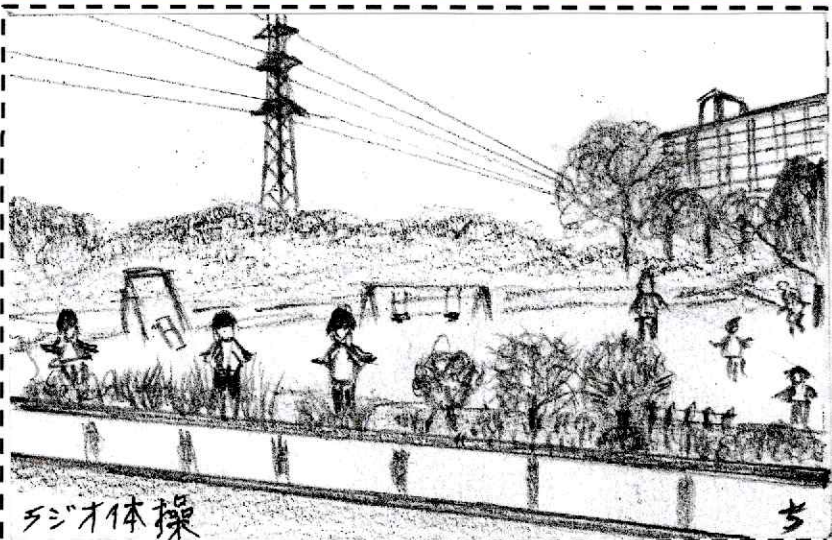




特定非営利活動法人 福祉亭



ラジオ体操

ち

中部地域包括支援センターだより

『契約トラブル増えています』

地域包括支援センターでは、様々な内容の相談をお受けしています。頂く相談の中には押し買いや点検商法等の消費生活相談も含まれており、訪問に来てもらい断ることもできずに困ったとの内容が寄せられています。

最近『「近所にリサイクルショップを開店するので、いらない洋服や靴などを買い取りましょうか」という電話があり、家に来てもらった。しかし、洋服や靴は買い取ってもらえず、貴金属やコインはありませんかと迫られ、断り切れずに指輪やネックレスなど数点を1万円で買い取られてしまった。後でよく考えると、安く買われてしまったと思う。思い出の品でもあり返してもらいたい。』といった内容の相談もありました。

全ての事業者が悪徳業者とは言えませんが、初めて依頼する訪問事業者の対応は予防策を取ることも大切です。信頼できる家族や友人が同席出来る日に依頼する事や不安に感じたらすぐに消費生活センターに連絡をする事が良いと思います。

1人で抱え込まず相談窓口にご連絡をしてください。

多摩市の相談窓口は

多摩市消費生活センター:042-337-6610 になります。

多摩市中部地域包括支援センター 宮崎信一郎



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1,000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。

令和7年6月の福祉亭

『梅の実』

早いもので今年も梅の収穫時期がやってきました、ここ近年は亭の利用者さんから梅を頂いております。さて今年も頂けることを前提に梅酒、梅ジュース作りの準備をします。梅といえばもう一つの代表、梅干しがあります。残念ながら梅干しづくりは経験がなく、もっぱら田舎からの頂きもので間に合わせています。永山五丁目界隈を散策していると数軒で梅の土用干しをしているのを見かけることがあり、私も梅干し作りに挑戦してみようかと思いますが、思うだけで終わっているのが現実です。

梅といえば梅雨(つゆ、ばい雨)でしょう。もともと徴雨という漢字であったがイメージが悪く、梅の字を当てたという説もあります。(諸説あります)この梅雨は人間様にとってはうとうといいものですが、水がめに貯水し、農業用水や猛暑を乗り切る大切な生活用水となります。梅雨空でも見事に咲き誇る紫陽花の花を愛でて心豊かに過ごしましょう。(池)



俳句

・五十年経りたる街の若葉かな

凡中

・紫陽花の誰を待つやら小ぬか雨

白和

◎ 以下「雨音の会」

・すきつ齒の一年生やよき返事

とめ

・防人の辿りし尾根や若葉風

帆遥

・人生は成せば卯の花匂う如

量子

・子の声のはずみし池に亀の鳴く

光子

・川面にも顔にも桜吹雪かな

彰花

・吟行の楽しみ初夏のランチとも

裕作

・花曇またこんがらかった刺し子糸

うらりち

・芝の中あざ笑うことたんぽぽ黄

細

・万葉の別れの道や新樹光

ゆめ

・大地には太陽のかけらたんぽぽよ

堇

・蝌蚪群れて生きる痛みを忘るるか

花野

町の中で胸が痛む

浜崎登志子

ざわざわする町の中で
忙しそうに歩いている人の中で
時に私はさみしさを感じる
優しくしてくれる友もいる
幸せも感じているが
なぜかさみしさを感じる

知らない人ばかりが急いで歩いていく
顔はみんな同じに見える

ここは地球の上
ここは日本の国
日本の裏側にはどんな人達がいるのだろう
私が立っているところは
地球の上のただの一点にすぎない
心地良い風が吹いてくる
空気の匂いも優しい

1つの点と点がつながり線となって
人のつながりが出来る
けれどもさみしさはある
涙が目の中にいっぱいたまってくる
ぐつとがまんする

これは何の気持ちなのだろう
諸行無常の世の中がさみしいのか
私が人としての小ささがさみしいのか
私はどこまで歩けばいいの
私はどこまで行けばいいの
何かにつきぬけたい気持ちもある

今は立ちとどまる時
人の話もゆっくり聞いてみたい
ゆっくり話もしてみたい
このさみしくなるのはなぜ
どうしてみんなそんなに急ぐの
どこから来るのだろう
このさみしさは

胸が痛む



川口さん

さて、先日、「なぜ鍼を刺すことで、身体の調子が良くなっていくのですか？」というご質問をいただきましたので、お答えしていきたいと思います。

鍼は、

① 気持ちがい

細心の注意を払って治療していますので、ほとんど痛みを感じません。鍼の直径は 0.12 ミリから 0.25 ミリ程度です。鍼の先端は松葉型なので、皮膚を切るのではなく分けいって入っていきます。ツボによってはとても気持ちよく感じます。副交感神経が優位になり、ほとんどの方が治療中に眠ってしまいます。

② 症状・体質に合わせた治療プラン

患者さんの体質に合わせて鍼治療を行います。局所的には同じ病名であっても、全身症状を診察し、個人差を考慮に入れた診断を行います。十人十色の体質に合わせた、いわば一人一人のあったオーダーメイド医療といえます。

③ 未病を治す

「未病」—未だならざる病。東洋医学は、症状があってもいまだ形に至らない未病を治すのに優れた医療です(予防医学)。健康は自分で管理する時代です。「健やかで快適な健康」を心がけましょう。鍼は体内のバランスを整え、病気になりにくい「自然治癒力のある」身体づくりをサポートします。

④ 統合医療

統合医療とは、西洋医学とともに、伝統医療を適宜合わせて行う医療をいいます。世界中の患者さんや医療従事者から西洋医学だけの治療だけでなく、伝統治療を合わせて行うことの必要性が注目されています。人間本来備わった「自然治癒力」を活かす鍼治療は、これからの超高齢化社会での貢献が期待され見直されています。

鍼治療は早く始めるほど効果があります。全身の血流が良くなり、免疫力がアップしていきます。慢性症状の方は定期的な継続治療(一週間に一度)をしていくといいですよ。食生活や運動など生活習慣を改善することで、相乗効果が発揮されます。困ったことがあれば、いつでもご相談ください。

かんじ先生の都合により2022年7月のコラム再掲載です

私が参加する団地の「生き生きサロン」の定例日は毎月第1火曜日で5月は連休の最後となる6日だった。参加者は10人。前日が子供の日であったことから世話人はサロンの終わりに参加者が歌う唄として「せいくらべ」を選んだ。「〱柱のきずは おとしの 五月五日の せいくらべ ちまきたべたべ にいさんが はかってくれた せいのたけ♪」という懐かし童謡だ。

当日のサロンはいつもの通り開始は午後1時半。まず脳トレとして絵の間違い探しをした。左右の2枚の絵は一見同じだが、よく見ると違いが12カ所ある。それらを見つけることが脳トレになる。続いて私が福祉亭発行の「いきいき新聞」5月号を配ったところカレンダーの予定などが話題になった。それから不可解な電話や死後への備えなど様々なことを話し合い、3時半の散会前に参加者全員が「せいくらべ」、「茶つみ」という唄を歌った。

唄の歌詞は世話人が用意したが、その際に作詞者、作曲者について説明した。「せいくらべ」は作詞が海野厚、作曲が中山晋平だが、晋平はともかく海野の方はあまり知られていないだろう。世話人の説明によると、海野は28歳で亡くなったが、静岡市出身という。それで帰宅後、さらにインターネットで調べると思いがけないことがわかった。

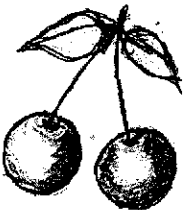
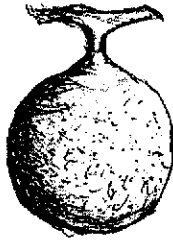
海野厚は旧制静岡中学を卒業していた。現在の静岡高校だ。私は同校の卒業生なので海野は40数年も昔の先輩ということになる。そのことを知ると「せいくらべ」の2番の歌詞が身近に感じられる。1人で再び以下の通り歌ってみた。

「〱柱にもたれりゃ すぐ見える 遠いお山も せいくらべ 雲の上まで 顔だして てんでに 背伸びしていても 雪の帽子を 脱いでさえ 一はやっぱり 富士の山♪」。

富士山はやっぱり日本一。思い出が多い。戦後間もないころ、静岡市緑町の小路に向かい合ってポーラ化粧品を創業した鈴木家とシャンソン化粧品の同じく川村家があり、近所の子どもたちの会が鈴木家で開かれたりした。ある日、富士山を描くことになったが、私の絵には富士山の右に張り出している宝永山が無いと川村家の4歳上の次女から指摘された。物事はしっかり見ようと思った原点だ。そんなことを思いだした「せいくらべ」の唄、生き生きサロンの余談だ。



永山福祉亭 2025 年 6 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	7
休 業	お茶のみ交流	お茶のみ交流	唱歌 14 時～	スマホカフェ 13:30～ 庄子さん	介護予防体操 11:15～	アロマ ハンド マッサージ トリートメント 14 時～
8	9	10	11	12	13	14
休 業 カラオケの日 13 時～ 参加費 300 円	若人塾 お茶のみ交流	お茶のみ交流	お茶のみ交流	スマホカフェ 13:30～ 庄子さん	手芸の会 10 時～ うたの会 13:45～	お茶のみ交流
15	16	17	18	19	20	21
休 業 子ども食堂 11 時半～ (アレルギー 対応はして いません)	ハンドマッサージ 14 時～	お茶のみ交流	若人塾 近藤さんの 相談日 唱歌 14 時～	スマホカフェ 13:30～ 庄子さん アートの会 事前申込制 15 時～	お茶のみ交流	諏訪福祉館 文化祭
22	23	24	25	26	27	28
休 業	若人塾 お茶のみ交流	お茶のみ交流	お茶のみ交流	スマホカフェ 13:30～ 庄子さん	うたの会 13:45～	茶話会 堀澤さん 14 時～
29	30	   				
休 業 	お茶のみ交流					

永山福祉亭 利用可能時間 10～17 時（但し、火曜日は 10 時～16 時です）

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