



蓮

(撮影日 2020年7月20日)

福井県南城市にて、早朝の露のある時間帯をねらって撮影しました。

生き活きとした蓮の花の表情がポイントです。

○撮影:堂本修さん(デイサービスほほえみの里ドライバー)



神戸東部支部  
支部長  
氏家 都子

「人生は泣いて笑って 100」

知人から送られてきたメールですが、「いいね!」と思ったので、知人の了承を得て紹介させていただきます。

『人って、「シクシク」泣きますよね。「ハハハ」と笑いますよね。「4×9=36」、「8×8=64」、足すと100です。人生を100とすると悲しいことは「36」、嬉しいことは「64」で倍近くあります。どんなに号泣しても「5×9=45」で半分以下です。人生は泣いて笑って100!』

いかがですか?今はウクライナ侵攻、コロナ、事故など毎日 Happy な気持ちなどなれません。が、せめて私生活では悲しいこと、つらいこと、腹の立つことなど人生

色々ありますが、発想を変えたり、日々のささやかな楽しみや喜びに気付いたりして、一度きりの人生をどうせなら少しでも Happy に過ごしたいと思っています。現実はなかなか・・・。

知人の紹介で一昨年  
組合に加入しました。  
4年前、芦屋川カ  
ッジを修了し卒業生  
で軽音楽同好会を作り、  
デイサービスセンター  
の訪問演奏をしていま  
す。(この2年はコロ  
ナ禍で休止中)  
昨春秋、ルナ・ホ  
ールで合同演奏会を行  
い、フォークソング  
「風」他を演奏しまし  
た。ギターを弾いて  
歌うのは頭の活性化に  
最適です。  
これからも体力を維持  
してギターを楽しんで  
いきます。

《組合員さんの紹介》



梶本 和男さん(芦屋市)

《投稿》『組合への質問や要望』『ご自身の作品や写真、活動紹介』を募集します!

- 【1】季節の風景写真:①写真、①撮影者氏名、③写真説明 100字以内(撮影場所・名称・撮影日等)
- 【2】ご自身のふだんの活動や趣味・作品等をニュースに投稿しませんか?(写真、文 200字前後)
- 【3】また、組合や神戸東部支部、六甲事業所への質問や要望・意見をお聞かせください。(紙面の都合上、文章は200字以内でお願いします)

★投稿の宛先は、『神戸東部支部ニュース投稿の係』で、9月23日(月)迄

◆メール:rokko-h.7070@kourei-h.org ◆FAX:078-856-7056

◆はがき・お手紙は六甲事業所へ(※事業所の住所は、おもて面の右上に記載しています)

## 和やかサロン『ほのぼのみのおか』



灘区五毛天神の前の会館で毎週木曜日に活動しています。

登録者は7人と少人数ですが、とても仲が良くいつも楽しいおしゃべりで盛り上がっています。

専門職の先生による介護予防講座や気功、音楽療法などのほか、絵画やカレンダーづくり、ぬり絵など色んなことに取り組みます。また、季節の壁画をアイデアを出しあって制作し会場に飾らせていただいています。

週に一度元気な顔で集まって、楽しく和やかに過ごす時間をこれからも大切にしていきたいと思えます。

(ほのぼのみのおか 小岩井 久恵)

## 地域拠点型一般介護予防事業 (神戸市委託事業)

- ▶ほのぼの六甲(灘区神前町 3-10-7「市営神前住宅集会所」)
- ▶いきいき六甲(灘区六甲町 5-7-1「市営六甲住宅集会所」)
- ▶ほのぼのみのおか(灘区国玉通 3-1-5「五毛会館」)
- ▶ほのぼの住吉(①東灘区住吉宮町 3-2-18「住吉地域福祉センター」②東灘区住吉宮町 2-14「フレール住吉宮町住宅集会所」)
- ▶ほのぼの魚崎(東灘区魚崎南町 5-10-7「県営魚崎南高層住宅集会所」)
- ▶ほのぼのみかげ(東灘区御影 2-28-13「御影北地域福祉センター」)
- ▶楽遊会(神戸市東灘区御影石町 4-4-1「御影公会堂」)

新規体験者(無料)大歓迎! 待っています♡ **連絡先: 080-1519-9208(エリアマネージャー 佐藤博美)**

## 雨にも負けず大運動会

ほほえみの里管理者 望月優美

コロナ禍ではありますが、6/10~6/17まで、毎年恒例となっている大運動会を行いました。風船送り・玉入れ・フットライやるの3種目。曜日ごとの対抗戦です。

風船送りは円になり団扇を1人ずつ持って頂き、隣の方と協力しながらまずは右方向で1周し今度は左方向へ1周。何秒かかったか? フットライやるは歩数計を足首に付け、足踏みをして15秒で何回になるか? 玉入れは皆さんに紅白の球をお渡しし、スタッフが籠を持って前後に動き30秒間でどれだけ入ったか? 皆さん、どの種目にも楽しんで取り組まれました。

一番盛り上がったのは玉入れ。最初にお渡しした球数ではすぐに足りなくなり、下に落ちたのを拾って籠の中に入れたり皆さん熱中! 「皆が入れられるように、籠スタッフがもっと近くに来て欲しかった」との声も上がっていました。

翌週には「この種目はこの曜日が1位!」等と言いながら利用者様と得点集計を行い、月曜日が優勝となりました!



## 《初級者のためのスマホQ & A講座》

電話・LINE アプリの使い方、ネット検索の方法、デジタル用語の説明等、個別に対応。

◆開催日: 8月21日(日) 10:00~12:00

◆場所: 六甲事業所内ほほえみの里フロア

◆持ち物: 筆記用具とご自身のスマホ

◆申込先: ケアステーション六甲(下記参照)

**※事前に知りたいことをお伝えください。**

◆定員: 2~4人(先着順)



古池佳奈子  
管理者  
訪問介護  
の様子で  
束の  
(身体拘  
り)

ケアステーション六甲  
「虐待研修」報告  
訪問介護のヘルパーは、感染症  
予防対策をして活動しています。  
昨年はコロナの理由で参集型研  
修の中止が続きましたが、必須研  
修としてしっかりと学び、スキルア  
ップを図りたいと思っています。  
6月19日(日)の「虐待研修

六甲事業所  
(事業: 管理者名)

●事業所所長: 松下

●デイスぺースほほえみの里 078-858-8818 (通所: 望月)

●ケアステーション六甲

078-856-7070 (訪問: 古池)、078-858-8829 (居宅: 湧川)