



NO. 96

2020年12月24日(木)

ゆめ 夢 通信

(認定NPO法人)
 特定非営利
 活動法人
 ウェーブ



〒321-1263

日光市瀬川95番地1(朝日町)

電話 0288(21)5330

FAX 0288(21)5388

ホームページ <http://npowave.jimdo.com/>メールアドレス info@wave-i.org

【事務所営業時間】平日9時~18時



生きている花②

鈴木公一

私達プロにとっては非常に大切なことなのである。同じような彫り上がり前の絵皿が二枚ある。一枚は二万円。もう一枚は一万円と半値である。どう見ても同じようであるので一万円の方を買いたくなるのが人情であろう。

「なぜ二万円なのですか。」

「私はあの絵皿を彫るのに二日かかりました。だから二万円ももらいたいのです。」

もう一人の一万円の人に聞いてみると

「私はあの絵皿は一日かかりました。だから一万円ほしいのです。」

仕事の遅い二万円の絵皿は売れなくなりプロとしてはやって行けなくなってきた。そういうこともあったりしてプロもなかなか大変なのである。私達の仕事は品物を売るといふより、個性を買っていただく仕事ではないかとも思っている。牡丹の花が牡丹に見えるように彫ることだけならさして難しいことではないのだが、生き活きとした生命感にあふれた牡丹の花を彫ることは決してやさしくはないのである。

私は自分を指導してくれた大先輩の言葉通り造花のような花を彫らないように、心がけて仕事を続けて行くつもりである。

※本随筆は『ある日光彫師のひとりごと』(平成十一年発行)から転載しております

今年は、1月9日に国内初の新型コロナウイルス感染が見つかり、日々3密(密閉・密接・密集)を避け生活を続けています。コロナコロナの感染言葉を聞きながら、早年の瀬が来てしまいました。皆さま、お疲れになっていらっしゃいませんか。

県内もクラスターが発生しました。これからも持ち込まない、かからない、うつさない、3密を守り予防薬ワクチンが一般に使用できるようになるまで、気持ちを明るくし元気に過ごしましょう。やむにやまれずかかってしまった方がいた時は、自分もいつ感染するか分かりませんから、差別中傷はしないで、いたわりあっていきたいものです。

新型コロナウイルス禍により、オリンピック開催延期、小規模店舗の廃業、派遣労働者の失業等暗いニュースが耳に入ります。

その様な中、6日早朝明るいニュースが飛び込みました。小惑星探査機「はやぶさ2」が6年50億キロメートルの長旅を終えて、小惑星「りゅうぐう」の砂が入っているカプセルを地球に届けたのです。カプセル「たまたま箱」の中から宇宙の謎が解けるような煙がモクモク上がるのでしょうか。ワクワクします。

1年間のご支援ありがとうございました。楽しい初夢でありますように、お祈り申し上げます。
 理事長 芳賀 マサ子

まさか〇〇するなんて！

交通事故を起こした当事者の声として、「まさか〇〇するなんて！」と言う声が多いそうです。「まさか前の車が止まるなんて！」「まさか自転車が右折するなんて！」「まさか歩行者が出て来るなんて！」などなど。運転者が予測してない事態が起こった時に交通事故につながっています。これらの事態に遭遇しても交通事故にならないためには“危険を予測して運転”することだそうです。例えば、イヤホンをしながら雨具を着ている自転車を見かけたら「車の音に気付いてないかもしれない」と予測してライトを付けるとか、高齢の方が下を向いて歩いていたら「車が見えていないかもしれない」と予測して減速して運転するとかなどです。特に高齢の方は、普段から使い慣れている道だからという理由で、横断歩道のない所を渡ることが多いそうです。いずれにせよこれらの行動は“思いやりを持った運転”とも言えるそうです。思いやりを持った運転では歩行者の年齢（どういう行動特性があるのか）、意図（何をしようとしているのか）、注意の方向（何に注意を向けているのか）などに注目することが大切です。



時間に追われることが多い現代ですが、車を運転する時は、是非、気持ちを切り替えて“思いやりを持った運転”を実践していただきたいと思います。一人ひとりが、社会を代表する安全運転の責任者として行動していただけることを切に願います。

*インターネットで、「JAFチャンネル ユーザーテスト」と入力すると、様々な実証実験の動画が見られます。

安全運転管理者 三上 勸

“ケア”ってなんだろう～ケアの本質を知る～の研修を受けて

国際医療福祉大学の石剛史先生のお話を聞いて、日々の活動の中で、ケアとはなんだろう？と考えることはほとんどありませんでした。

人間に備わっている自然な「ケア感情」とは、傷ついたり、困っている人を見ると「ほおっておけない」という感情になるということがわかりました。その感情が故に、打算なしに「無限」にケアをしてあげたくなる時もあります。しかし、そのことでかえって「自立」を妨げてしまったり、頑張りすぎて自分も疲れてしまう時もあるので、バランスを上手に保つ必要がとても大切だな、と思いました。



事務所やミーティングで活動報告をしながら話を聞いてもらい、助言を通し自分の事を客観的に振り返ってみて、お互い助け合えることにより、自分の状況も理解しながら、バーンアウトしないよう、また、誤ったケアを提供しないように意識しながら活動することがとても大切ということがわかりました。

訪問介護員 福田 理恵

ウェブのホームページ観たことありますか？

パソコンやスマートフォンなどから観ることができます。インターネットの検索・・・たとえばヤフー (YAHOO) やグーグル (Google) 等で『ウェブ日光』等のキーワードを入力するとウェブのホームページアドレス <http://npowave.jimdo.com/> (インターネット上の住所みたいなもの) が表示され、そこからウェブのホームページに移動できます。すると右のような画面が出てきます。

いつもは白黒でしかお届けできないゆめ夢通信もカラーで見ることができます。その他ウェブの総会でお渡ししている資料なども記載されています。これからは、少しずつホームページの内容も充実させていく予定です。

※これらの内容をスマートフォンやタブレットなどの端末で見ると通信料がかかります。Wi-Fi 環境や、パケット放題などの設定であれば問題ないかもしれませんが、インターネットをあまり使わない方はご注意ください。



『ほっとウェブ』 ニュース



ボランティアの星さんが、紙芝居ではおもしろおかしく演じてくれ、その後ゲームで大いに盛り上がりました！

待ちに待った再開！
大声では歌えませんでした、
久しぶりに楽しく歌いました。
〔ウイルス対策ばっちり！〕



ギター・ハーモニカ演奏で皆で合唱
(あ・うんの呼吸の仲の良い厚澤ご夫妻)

※皆さまが楽しく介護予防できる企画・行事予定は月末の木曜日にお知らせしています。

十五夜、ハロウィン、クリスマス・・・デイサービスだより



十五夜

10月1日。
月が特に美しく見えました。
ウエーブでもお団子とお花を飾り、収穫をお祝いしました。

ハロウィン

10月31日にみなさんで仮装しました。今年もお菓子箱を作り、「トリックオアトリート」の掛け声でお菓子をプレゼントしました。



次亜塩素酸加湿器

コロナウイルス感染予防のため、デイルームに2台設置しました。今後とも消毒や換気など予防対策に努めていきます。



クリスマス壁画

雪だるま、クリスマスツリー、ベルのちぎり絵をみなさんで行いました。みなさん、圧巻の集中力でした。

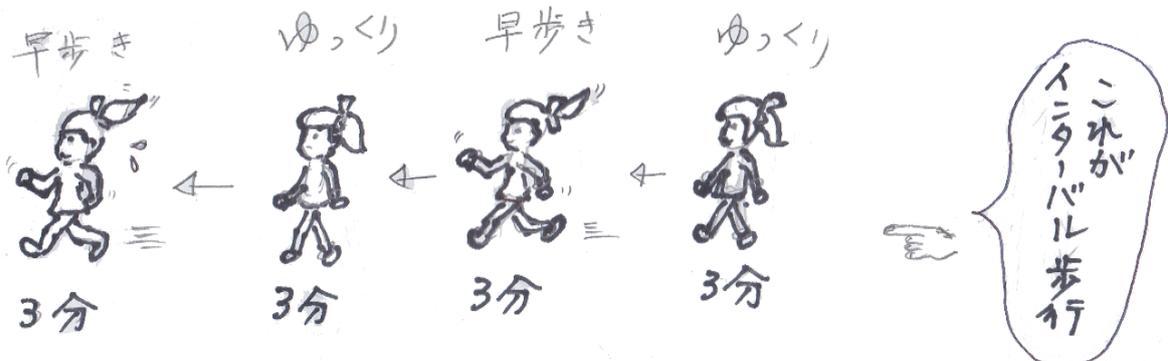


※撮影時のみマスクをはずしました。

インターバル歩行をしてみませんか？

この歩き方は、普通のウォーキングよりも筋力に負荷をかけますので、骨密度の増加や生活習慣病のリスク改善になり、体力低下気味の方、時間をそんなにかげられない方に短時間の歩行でも効果があるそうです。

早歩きとゆっくり歩きをくり返します。



早歩きの速度は、ややきつい感じで息がはずみ、少し動悸がする程度にします。(心臓の悪い方は無理しないで下さい) 慣れて余裕が出てきたら、前かがみや猫背は腰・膝に負担がかかるため、前方の遠くの方を見るような姿勢にし、歩幅も今までより大きく、手の指はパーに開くようにゆったりとした気持ちで歩きましょう。

最初の目安は、1日30分位。小分けにしてトータルでも効果は同じだそうです。週に4日位にし、とりあえず5ヶ月継続すると効果が現われるとのこと。

一万歩歩くよりも効果があるという方もいるそうで、是非、試したいものです。

デイサービス看護師 渡辺 マリ子

倉ヶ崎LSAで

シルバーハウジングとしての生活援助員の仕事をさせてもらって、だいぶ過ぎました。朝一番の見廻りが大事なスタートです。

「おはようございます。LSAです。お変わりありませんか？」。顔を出して下さる方、インターフォンでの対応の方…。元気なら良しとしてホッとします。これから寒くなって来ると高齢の方は耳も遠くなってきているせいも手伝い、なかなか応答が難しい時があります。ベランダに回ってガラス戸をトントン叩いてやっと確認できる事も少なくありません。



でも、2年位前から「ティータイム」と称して月一回、ボランティアで厚澤さんご夫妻がギターとハーモニカそして話術で1時間半程度の楽しい時間をLSA室で持ってくれています(このティータイムは「こころ福祉のまちづくり活動事業」の助成を受けています)。懐かしい歌、青春の思い出の歌、とても良い時間になってます。出かける事の少ない、人と交流の少ないお一人暮らしの方たちには、楽しみになっている時間です。是非一度、覗いてみませんか？

高齢者住宅生活援助員 三上 クニ子



ウェーブ散歩（今市宿七福神の巻）



今年は、耳新しい言葉に戸惑ったり躍らされたりと忙しい一年でしたが、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。今回は、今市宿七福神めぐりをして来ました。

七福神信仰とは、7柱の神様〔神様を数える時は柱（はしら）と言う〕で構成される信仰体系です。室町時代末期の京都で始まり、現在のような形に定着したのは江戸時代と言われていています。日本古来の八百万（やおよろず）の神にインドや中国から様々な宗教が入って来て、まとめて信仰するようになったのがきっかけと言われていています。なぜ7柱の神様なのかというと、『七難を消滅すれば、七福が生ずる』という仏教経典の教えに由来しているという説があるようです。

今市では、七福神のうちの一部が市内の瀧尾神社や如来時に祀られていたようで、平成10年に杉の沢在住の彫刻家の方が、現存しない七福神の御神体を市民の幸福を祈願して彫刻・奉納したのが始まりだそうです。二宮尊徳翁の終焉の地にちなみ、二宮尊徳を学業の神として七福神に加え、八福神を今市宿七福神として祀る全国でも珍しい形をとっています。また、枕の下に入れて寝ると良い初夢が見られるという『夢札』も販売しています。

毎年1月下旬から2月上旬の土曜日にイベントを市縁ひろばで開催し、七福神を歩いて巡っているそうですが、令和3年はコロナウイルスのために中止だそうです。コロナが落ち着いたらゆっくり今市名物を味わいながら七福神めぐりをされてはいかがでしょうか。

今市宿七福神

- | | | |
|---------|---------|-------------|
| ①瀧尾神社 | （大黒天） | 春日町 531 |
| ②瑞光寺 | （毘沙門天） | 平ヶ崎 374 |
| ③如来寺 | （弁財天） | 東郷町 710 |
| ④明静寺 | （福祿寿尊） | 瀧尾 791 |
| ⑤徳性院 | （布袋尊） | 平ヶ崎 230-2 |
| ⑥本敬寺 | （寿老神） | 大谷向 1430-15 |
| ⑦追分地藏尊 | （恵比寿神） | 小倉町 117 |
| ⑧報徳二宮神社 | （二宮尊徳神） | 今市 743 |



募集 ウェーブは、皆さまのご支援、ご協力によって活動を続けています。

「困ったときはお互いさま」お時間の空いている時に、登録してご一緒に活動してみませんか。

★正会員会費 3,500円 ★家族会員会費 6,000円

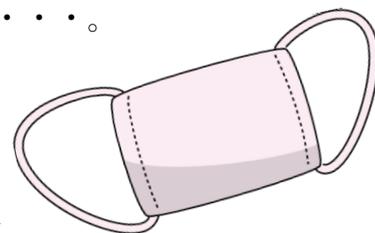
★賛助会費（個人）1口 3,000円 （法人）1口 10,000円

『認定NPO法人』を継続していくために、寄付（賛助会費は寄付にあたります）3000円以上を、毎年100人以上から、支援していただくことが条件にあります。ご支援よろしくお願ひいたします。

会員リレー Vol③ ～和地好美さん～

「笑う門には福来る」、前回、芳賀淳史さんから七福神、福祿寿、寿老神、布袋尊が出て来ました。私は幼少のころから父に「ぼっこれ恵比寿」と呼ばれていました。いつもニコニコして叱られてもニコニコ！今でも人一倍大きな声で笑ってますが、家族に「バカ笑い過ぎるよ！！」と注意されています（今更なおりません？）。

今年は早春から新型コロナウイルス感染症で世界中がマスク不足……。政府が全世帯に配った話題の「アベノマスク」が届いたのがあまりにも小さくて……。(^o^)。現在はファッション性も重視されるようになりました。東京都知事の小池さんは刺繍模様のお洒落なマスクを早々につけてきました。東京駅地下街に70分待ちのマスク専門店「マスクドットコム」で1枚11万円を売り出したとのこと（10月21日付新聞掲載）。さすが東京だなあ～と思いました。コロナ時代にマスクが装身具の一つになったことは確かですね。その一方で先日の雑誌AERAで少し心配な記事も目にしました。保育の現場では、子どもたちの「笑顔が減った」、「反応が鈍い」と感じる保育士がいるそうです。マスクをつけた大人たちは、口の形が見えにくく表情が分かりにくい。目だけ見ても大人が笑っているのか怒っているのか分からないと言うのです。乳幼児は言葉の発達をはじめコミュニケーション能力や共感性を発達させる重要な時期です。



マスクの下は



笑顔です！

私には孫が3人います（長男の子2人、次男の子1人）。孫の元気な笑顔と賑やかな声で自然に毎日笑いが絶えません……。私は健康の秘訣は「よく笑うこと」だと考えています。冒頭で言いましたが、私の声は人一倍大きいのですが、マスクをつけていても、私が笑っていることが孫たちによく分かるように表情全体を使って、身ぶり手ぶりをういて今まで以上に大きく笑って毎日を過ごしたいと思います。

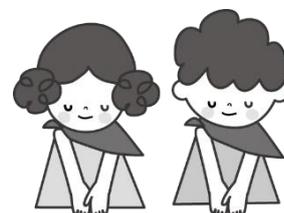
高齢者住宅生活援助員 和地 好美

年末年始 休業のお知らせ

事業名	休業日
事務所	12月29日(火)～1月3日(日)
居宅介護事業	
デイサービス	

「幸せの黄色いレシートキャンペーン」のお願い

イオン今市店様では毎月11日が、「幸せの黄色いレシートキャンペーン」の日です。皆さまが投函して下さった黄色いレシートの総額の1%がウェブに寄付されます。これからもご協力よろしくお願い致します。



活動報告 (2020年9月24日～2020年12月20日)

- 10/8 (木) 雇用管理責任者講習 (宇都宮市)
 - 10/9 (金) 日光市長への要望書提出 (小規模事業所5団体) 障がい者の通院介助について
⇒11/17、12/17に市役所で話し合い
 - 10/14(水) 安全運転管理者等法定講習 (オンライン)
 - 10/25(日) にっころ認知症・若年性認知症家族の会研修会 (オンライン)
 - 10/30(金) 「マツダ・移動支援団体応援プログラム」助成事業採択
 - 11/4 (水) にっころ福祉のまちづくり今市地区推進委員会
 - 11/5 (木) 移送・外出支援セミナー (宇都宮市)
 - 11/17(火) 日光市ケアマネジャー連絡協議会研修会
 - 11/18(水) ケアマネジメント支援会議
 - 12/3 (木) 成年後見制度利用促進研修会 (宇都宮市)
 - 12/18(金) 新型コロナウイルス感染症研修会 (オンライン)
-
- 9/24 (木)、10/22(木)、11/26(木) とちぎ地域福祉ネット定例会 (宇都宮市)
 - 10/7 (水)、12/2 (水) フードバンク日光定例会 (12/14, 16, 18に配布会)
 - 10/13(火)、11/19(木) 介護支援専門員医療的知識習得研修会 (矢板市)
 - 10/21(水)、11/25(水)、12/16(水) スタッフミーティング (ウエーブのあり方検討会)
 - 11/2 (月)、12/7 (月) デイミーティング



ご協力誠にありがとうございました (順不同・敬称略)

会員・寄付者ご芳名(2020年9月24日～2020年12月20日)

正会員 (活動・利用会員) 合計 147名 (活動55名・利用92名)

新規) 4名

板橋ハツエ 齋藤文子 齋藤雅之 根本礼子

継続) 4名

鈴木栄子 鶴田芙美子 永岡京子 星野カネ子

家族会員 合計 21家族

梶山 聖 福田 勇

賛助会員

法人 合計 6法人 6口 60,000円

アダチデンキ

個人 合計 90名 110口 330,000円

池田美佐子 石井 博 今田規子 柏木幸子 熊谷律子 栞原真佐美

齋藤康則 芝崎俊一 鷹箸英子 広瀬和彦 広瀬 浩 福田恵子

藤井正二 三浦一郎 横堀太郎 吉田貴光

寄付者 合計 79名 合計金額 943,117円

入江全恵 坂本文子 菅野ウタ 鈴木孝一 関口善包 永岡京子

芳賀勝夫 芳賀マサ子 福田理恵 藤井正二 沼尾芳江 匿名2名

ほっとウエーブを支援する会 ウエーブ募金箱



その他

たくさんの方からお菓子、野菜、お茶、切手、日用品などのお心遣いをいただきました。お名前は省略させていただきます。誠にありがとうございました。