つなぐ

2025年　秋号

NPO法人 はーと in はんず
Heart in Hands
〒422-8035
静岡県静岡市駿河区宮竹1丁目15-10 フェローニア（株）内
TEL：054-270-3478　FAX：054-238-1934
E-mail：info@heart-in-hands.com

理事長



♪　とんぼのめがねはみずいろめがね
　　あおいおそらをとんだからとんだから♪

誰もが知っている童謡、とんぼのめがね。
夏が過ぎ、9月に入ると日本全国の幼稚園、保育園でこの歌が歌われます。子どもの目線で作詞された何と優しく、素直な歌詞でしょう。私も大好きで小さい頃からずっと歌っている気がして調べましたら昭和23年の作詞でした。作詞したのは、無医村に内科医院を開き、生涯を地域医療に献身された医師、額賀誠志。往診に行った時、子どもがトンボと戯れている様子をうたったのだそうです。トンボの複眼をめがねといって、子どもの心を見事にキャッチ。複眼は1万個以上の小さな眼の集まり、あおいおそらでみずいろになり、おてんとさまでぴかぴかに、ゆうやけぐもであかくなる。トンボって、そんな周りに合わせて生涯を終える、額賀医師のようだと思い感動。

そういえば、私の印伝の名刺入れ、印鑑入れはトンボ柄、愛用鉛筆、消しゴムもトンボ。アコーデイオンもトンボ。トンボ学生服ってのもありました。前にしか進まない、退かない習性が昔の武士に好まれたらしい。2年ほど前から手作りトンボが流行しており、スズメバチや蚊よけの為に帽子に付けてるシニアをみます。自らを誇示しなくても、しっかり害虫を捕食。確かにトンボはすごい！ここまで来ると遊んでいる人を極楽トンボと揶揄した言葉がありますがあまり嫌な気がしない。芸人のコンビ名にもありますね。

近年、超小型のドローン開発にトンボの複眼が起用されているとか。複眼表面はナノ構造で曇りにくい機能があるらしい。また、小型風力発電機の開発にトンボの翅がヒントになったとのこと。その名もエアードラゴン。トンボはDragonflyって言いますからトンボへのリスペクトが名称になってますね。

皆様、夏の疲れが出ませんように。月が美しい季節に入ります。ボーっと月を眺めながらあれこれと想いを馳せ、どうぞ頭を遊ばせてください。これもセルフケアにきっと繋がることと思います。



倉橋知子

山本記念病院　荒川恵梨香





6:30　起床し白金台にある病院にて眼科と胃腸センター受診。
12:30　会計終え都バスで渋谷へ。昼食をビールと鮨でサクッと済ませ銀座へ。
14:30　松屋銀座の着替え室をお借りし浴衣に着替え
15:10　歌舞伎座到着
15:35～17:45『火の鳥』観劇。
19:00　帰宅。

何とも言えない休日と思われるでしょう？
本当は観劇後に焼き鳥の予定でしたが、さすがにお疲れモードで帰宅に至りました。
ここのところお年頃で休日が病院通いとなっており、お仕事も休日も病院では大分寂しいため、受診日に何かイベントを加えようと思っての行動です。

歌舞伎座の幕見は25年以上前になりますか・・・
オペラ歌手（私の場合オペラかす）時代に教会式婚礼で賛美歌を歌うアルバイトをしていて、シーズン中は5本もらえるけれどシーズン外は10時に1本、15時に1本と時間が空く場合があり、そんな時に幕見で時間を有効活用していました。

美容界に転身してからは時間に余裕なく生活しており、歌舞伎座建て替えとともに足が遠のきました。
2023年歌舞伎座前を通りかかり、仁左衛門さんと玉三郎さん人間国宝両名の看板を目にしたことで再び歌舞伎観劇をするようになりました。8月納涼歌舞伎は映画『国宝』の影響か第二部はすべて売り切れで、幕見にかけるしかありませんでした。けれど、時代の流れで今は幕見チケットがネットで取れるシステムになっており、運よく『火の鳥』をゲット。



で、なぜ浴衣？歌舞伎座ではきちんと季節に合わせた着物で来られる方や斬新な着こなし（まさにかぶき者）をされる方と様々で、着物姿を見ているうちに私の今年の目標は“一人で着付けできる！箪笥の肥やしたちに日の目を浴びさせる！”5月から着物デビューし、今年の8月は一重でも暑いので浴衣で失礼したわけです。

新作『火の鳥』人間国宝の坂東玉三郎さま無くしては成立できない作品で日舞と洋舞のマリアージュ。若手、市川染五郎さんと市川團子さんは清々しくエネルギーを存分に発揮され、次世代を担う役者は違うものだなぁと素人目にもわかるものでした。

さて、映画『国宝』を未だ見ていない私ですが、今月三回目の受診日、前職場の同期が「六本木で9時から観られるよ、『国宝』観てランチしても午後の受診間に合うよ、昼呑みできないのは残念だけどね！」
なんと素敵な友人でしょう！有意義な休日になりそうです。

皆様の休日の過ごし方は？投稿お待ちしています！

活動報告

- 社会福祉法人ハルモニア関係者様／ご利用者様向けトリートメント（倉橋・渡邉）
- zoom理事会（毎月／理事）
- ソシオミーティング（毎月／倉橋・渡邉）

活動予定

- 社会福祉法人ハルモニア就労継続支援B型・就労定着支援事業へフェローニア株式会社から仕事依頼（シール貼り）
- 11月7日フランス・パリ・パスツール研究所で行われるソシオエステティックコングレスに会員４名参加・活動発表準備　⇒　学会と視察については次回のつなぐに掲載予定

いろいろお知らせコーナー

皆さまからの情報や記事を載せるコーナーを作りました。
スタートは福岡の石丸の近況から…

静岡を離れて5年、宗像市に移住して2年が経ちました。
宗像市内の知り合いは息子夫婦だけというところに、認知症の母と同居。さて今後はどうするかと悩んでいたとき、地域包括支援センター、社会福祉協議会、ケアマネジャーさん、ボランティア活動グループなど様々な方々に支えられ、少しずつ地域に知り合いができ始めました。そして、その頃宗像市役所の高齢者支援課から広報紙取材のお話をいただくことに。
「認知症の方やご家族のお役に立つ内容」と言うことで、日常生活の一部をお話させていただきました。
もし、静岡在住でしたら、絶対受けない話です（笑）

石丸眞理子





認知症になっても安心して自分らしさを大切に暮らす〔実際にやっていること〕

●「できる」を奪わない。
周囲が過剰に世話をすると自分で行う機会が減り、生活能力の低下に繋がることがある。〔洗い物・洗濯物畳み・自室の掃除〕

●「好き」を続けてもらう。
生活の質や精神的健康を保つために重要。〔衣類や食品などの買い物〕

●情報を得て、専門職、サービス、周囲に頼る。
家族で抱え込まず、様々な人の力を借りる。適切なアドバイスと連携で安心して高齢者と共に暮らすことができる。〔オレンジカフェ参加・地域包括支援センター・ケアマネジャー・社会福祉協議会などに相談、介護者の会に参加〕

いろいろお知らせコーナー

★　風岡久美先生

椅子を使ったヨガをご指導いただいている風岡久美先生はFacebookやInstagramで最新の活動情報をアップしています。ご都合の合うイベント等ありましたら、風岡先生にご連絡を。





★はーとinはんず会員募集

- 年会費5, 000
- 当法人開催のワークショップ・セミナー等の参加費無料
- 年３回会報誌お届け
- 各施設でのイベント参加の紹介
- 心と身体のお悩み相談随時受け付け

♥ソシオエステティック♥

身体的、社会的困難を抱えていても自分らしさを持ち続けて欲しい。その念いをエステティイクを通して様々な境遇の方々に提供していく活動のことです。

事務局より

会員の皆さまへ

今回の「つなぐ」はいかがでしたでしょうか？

ご要望をいただき、いつもとは少し違ったテイストでお届けいたしました。

理事だけではカバーしきれない様々な情報を今後は皆さまからのお知らせ或いは自慢話も取り上げ、もっと身近に感じていただけるような紙面を目指していきたいと思っております。

メールでもFAXでも、匿名でも結構です。

原稿をお寄せ下さい。お待ちしております。

NPO法人 はーと in はんず
Heart in Hands

〒422-8035
静岡県静岡市駿河区宮竹1丁目15-10 フェローニア（株）内
TEL：054-270-3478　FAX：054-238-1934
E-mail：info@heart-in-hands.com