つなぐ

2026年　初夏号

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

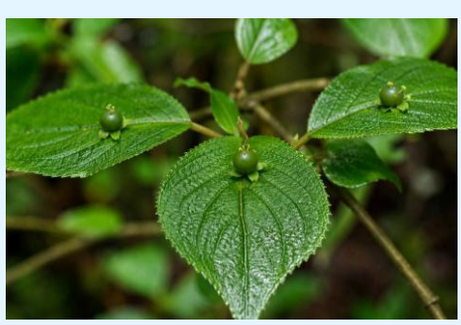
皆様、お元気でお過ごしでしょうか。
私は、忍び寄る老いにブレーキをかけつつ過ごしております。ブレーキアイテムは、マッサージクリーム・明るめスカーフ・全身鏡・タンパク質などいろいろありますが、やはり最も大切なのは好奇心だと思っています。

過日、友より「花筏・ハナイカダ」という山野草をいただきました。葉の上に小さな花や実がちょこんと乗る不思議な姿。葉はまさに水に浮かぶ筏のように見え、縦4センチほどの姿に魅了されました。雄株と雌株があり写真は雌株です。雄株は小さな花がいくつか咲きます。雌株の小さな黒い実は鳥が啄み、被食散布が行われます。その場から動けない植物に代わって鳥が運び手になって未来を遠くに届ける・・そんな感じがしますね。この小さな世界には自国ファーストも自分ファーストもなく、とても穏やかな数分間をいただきました。委ねる精神の穏やかさ、尊さに触れると改めて身近な事柄に気付かされます。イネや麦、トウモロコシは風媒花、地味な存在です。一方香りを持ち、華やかなサクラ、バラ、ヒマワリは虫媒花。動けないがゆえに、虫に見た目や香りで存在を知らせ受粉してもらい、蜜という贈り物をする。私たちは、それをあたかも自分で作ったかのようにいただいています。植物も動物も食べる頂点捕食者である私たち。切なさを感じても、食べずにはいられません。せめて、いただく前に感謝をしようと思いました。

誰からも注意、叱責を受けることが少なくなった今、お釜のごはんを一粒残さず食べていた母の姿が思い出されます。一粒の米には七人の神様がいる。と言っていた祖母の言葉も花筏を前に、自然と胸に浮かびました。

葉の上に小花を乗せるハナイカダ小さな世界に平和をみたり





さて、2026年度定期総会を、6月21日（日）13時半より静岡社会福祉会館シズウェルにて開催いたします。総会後には、日々の生活にやさしく取り入れられるヨガについてご教示いただく予定です。
会場参加、Zoom参加ともに、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

倉橋知子

陽だまりの丘よりVol.12「25年目の奇跡に感謝」～ぶっつけ本番「天国と地獄」～

山本記念病院　ソシオエステティシャン　荒川恵梨香

音大受験の講習会で出会ったピアノ専攻の福ちゃんは熊本出身で背がすらっと高く美人さん。
確実に25年間は年賀状のみのやり取りでお会いする機会がありませんでした。その福ちゃんから「ソシオエステティシャンとして頑張っているね！歌ったりすることもありますか？もし伴奏が必要な時があったらお手伝いさせてください。」目からうろこ！！

以前デイケアでグループワークメンバーでのコンサート企画について書かせていただいたことがありますが、まさにメールをもらう前日に、今年度のコンサートは6月と決定したところでした。

すぐさま福ちゃんにピアノのオファー♪
とんとん拍子で話は進み、グループメンバーに対しては猛烈レッスンをスタート。「そんな難しいことできないですよ…練習時間がたりないですよ…」大ブーイングをしり目にひたすら練習。



プログラムは雨にちなんだ曲を選曲。
①昭和歌謡を2曲
②ピアノソロはショパンの雨だれとバッハを1曲
③「ムーンリバー」「雨に歌えば」をリズム打ち
④福ちゃんと私で「虹のかなたに」
そしてアンコールはスタッフ、参加者全員でオッフェンバック「天国と地獄」でどんちゃん騒ぎ！



当然ピアノと合わせるのは当日のみ。いわゆるぶっつけ本番！
どんな風になるのかお楽しみ。
それ以上のお楽しみは約25年ぶりの再会での福ちゃんと私…
「あなた誰？」って言われないように今晩からお顔にパック必須！！
あらためて昔の友に感謝。

活動報告

◆3月29日（日）「パリコングレス視察報告＆癒しの施術セミナー」
◆社会福祉法人ハルモニアご利用者様向けトリートメント（倉橋）
◆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

- 6月21日（日）13時30分～　シズウェル
  一部　定期総会・二部　風岡久美先生
- 社会福祉法人ハルモニアご利用者様向けトリートメント（倉橋）
- 健康ワークショップ（3月）
- 施設訪問〔乳児院・養護施設〕（日時未定）
- ヨガセミナー（日時未定）

福岡便り　【方言①】

前回、世界遺産の宗像大社について触れました。折角、福岡県宗像市在住の石丸ですので、
こちらからのお便りもシリーズ化したいと思います。テーマはその時々で^^;

今回はこちらに来て分からなかった方言の紹介です。
場面を設定して想像しやすくしてみました。

◎かてて～/かたらせて～
子供達がトランプをしています。
一人が近付いてきて『僕もかてて～/かたらせて～』
⇒　仲間に入れて

◎なおしとつて
会議後、上司が『この資料をなおしとって』
私　『…ん？何処かミスが有ったのかな？？？』
⇒　片付けておいて

♥会員募集中♥

NPO法人はーとinはんず
TEL:054-270-3478

ホームページをご覧下さい。