第８０号　　2023 年 1 月 20 日

八王子市恩方老人憩の家

憩の家だより

発　　行：八王子市恩方老人憩の家

電話・FAX：042-651-3961　住 所： 八王子市下恩方町 3395　利用時間：月曜～金曜　午前９時～午後４時

メールアドレス：ongata-ikoinoie@8-shakyo.or.jp

新年あけましておめでとうございます。

新年を迎え、利用者及び地域の皆様に謹んで新年のご挨拶を申し上げます。昨年に引き続き今年も恩方老人憩の家の運営にご支援とご厚情の程よろしくお願い申し上げます。

昨年は、憩の家における個人ならびにサークル活動は、文化祭の作品展示のみを開催し、生きがいづくり講座としては年賀状作成や知って得する「フレイル予防」講座等を開催することが出来ました。しかし一部演芸大会や来福バザーを中止する等恒例と成っていた行事にも未だ制限を伴う運営であり、ご利用者様のご理解ご協力いただけましたことに感謝申し上げます。

新年度の運営についても感染対策への適時対応や制限事項への見直しを行いつつ、安全・安心で心豊かに楽しめる施設運営に心がけて参ります。

新型コロナウィルスは、9月以降もオミクロン変異株“BA. 5”の急速な感染拡大が幼少世代から若者世代をはじめ家庭内感染を特徴に根強く蔓延することで、皆様の生活へも大きな影響を及ぼし続けています。今年度は、5回目のワクチン接種開始や新しい治療薬の確保や開発・提供開始による感染の収束が期待されております。恩方老人憩の家としても、感染対策に引き続きご理解・ご協力をいただき、これからも皆様の健康づくりを支えられるよう運営努力し、皆様方の御来所をお待ちしておりますのでよろしくお願いいたします。

◎9月29日に防火避難訓練を3年ぶりに実施することが出来ました。

22名の方が参加のもと、職員誘導による避難行動や避難経路の確認を行いました。

また、11月25日には、恩方事務所施設全体での合同消防訓練も実施しました。
今後とも安全・安心な地域防災活動に積極的に参画、推進していきます。

◎憩の家・文化祭を開催しました。

本年度も、10月20日(木)、21日(金)の2日間で開催し、6サークル、2教室、個人の方から作品の展示にご協力頂きました。参加人数も延べ122名の方が来場され、大きな反響を頂く事ができました。

＜開催時の様子＞

＜作品展示の様子＞　6サークル・2教室の展示作品です。

ひまわり作品

絵手紙　里の会作品

草美会作品

いこいの会作品

おしばな会作品

歌話会作品

書道教室作品

写仏教室作品

身近なものを題材にして、１枚のはがきに手書きで描かれた温かみのある絵手紙や、優しく、落ち着いた雰囲気のあるニットや小物、華やかさだけではない美しさや感性を磨く事のできる生け花等、個性的且つ芸術的な作品が多く並びました。

書道教室の作品では、力強い筆跡にも圧倒され、写仏教室の作品では自分の心の雑念を清らかにしてくれるようなパワーを感じ、受講生の皆様の日頃の成果を発表出来ました。
２日間とも、恩方老人憩の家らしい、和やかで笑顔の多い文化祭となりました。今後も引き続き、地域の皆様に親しみのある施設を心がけながら運営していきたいと思います。

◎施設内では季節の移ろいを彩る飾り付けを行っています。

冬至にはゆず湯が好評でした。クリスマスにはツリーを飾り付け、正月を迎え門松を玄関先に飾り付けました。来場者の方々にも楽しんでいただいております。

◎今年度は、20のサークルが活動しています。

今回は、「草美会」サークルの活動についてご紹介します。
四季の華やかな花々を生けた作品として施設内にも展示を行い、利用者を和ませていただいています。
日頃の活動日は、毎月第1・第3火曜日の午前10時から午後12時までです。

草美会サークルの皆さん

活動の都度（月2回）新しい作品を展示しています

◎講座を開催しました。

① *年賀状作成講座*

11月22日、29日に高齢者向け、生きがいづくり講座「楽しく作ろう年賀状講座」を開催しました。

受講時の様子です

生徒さんの作品です

② *知って得する講座*

11月30日に、知って得する講座「フレイル予防」を開催しました。
東浅川保健福祉センターから2名、八王子市健康づくりサポーターから1名の講師を迎えて19人の方々が参加し、参加者全員で楽しく和気あいあいと体験しました。

「フレイルを先延ばしすることが健康長寿の秘訣」という講話を行いました。

「八王子けんこう体操」に沿った転倒防止体操を実施しました。

満足度調査に御協力ありがとうございました

11月1日から約1ヶ月間、満足度調査を実施し195名の方々にご回答を頂き、多くの方から温かいお言葉を頂きました。ありがとうございました。アンケート結果は八王子市に伝えます。満足度調査の結果は、令和4年度の「恩方老人憩の家　事業報告」に掲載いたしますのでご覧ください。

投　稿　欄

禍を　うさぎのように　飛び越えて
ワクチンマスク　なしの年よ来い
中村清彦

お隣の　数多の盆栽　紅葉す
目覚に見つめ　ひと日始まる
長田富子

段々と　遠近の雲　染めて
朝陽昇るを　見るのが楽しみ
青木信之

空の青　山の青さに　海の青
自然の営み　我感動す
油井榮子

大丈夫　廻りの忠告　無視をして
報いなんだと　痛さ堪える
松寄すみ江

令和5年度・教室の開催について

生きがいづくり教室　（ 開講期間 6 月～11 月予定 ）

教　室　名	日　　程		定　員（抽選）
いきいき体操	第1･3月曜日(全10回)	9:50 ～ 11:40	20 名
健康体操	第2･4火曜日(全10回)	9:50 ～ 11:40	20 名
写仏入門	第2･4水曜日(全10回)	14:00 ～ 15:30	11 名
初級ウクレレ	第2･4木曜日(全10回)	13:30 ～ 15:30	16 名
書道	第2･4金曜日(全10回)	9:50 ～ 11:40	16 名
あみもの	第2･4金曜日(全10回)	13:30 ～ 15:30	20 名

※休講していた「あみもの教室」を再開します。
※4月15日発行の「広報はちおうじ」で、申し込みについてご案内します。