

# VOICES 声 みんなの

2013(平成 25)年 9 月 25 日発行 第 5 号 (毎月 25 日発行)

社会福祉法人  
サンフレンズ 地域福祉推進室広報紙

〒167-0023 東京都杉並区上井草 3-33-10

☎ 03-3394-9833 Fax 03-3394-9834

メール hozumi-kaneko@3friends.or.jp

ホームページ <http://www.3friends.or.jp/>

## サンフレンズ上井草 オープンホーム 2013

特集  
2~3面

見学・体験・相談、お気軽に...

イベント盛りだくさんの1か月

10/1(火) ~ 10/31(木)

### ご存知ですか？ 介護者の会「なでしこの会」「ワイワイクラブ」

社会福祉法人サンフレンズが、ケア 24 や杉並介護者応援団をはじめとした地域の機関・団体と力を合わせて運営している介護者の会に『なでしこの会』と『ワイワイクラブ』があります。

介護者の会は、家族を介護している同士で悩みを語りあったり、経験談からヒントを得たり、ホッと一息つきながら一緒にリフレッシュする場。相談ごとがあるとき、ふっと気の向いたとき、ちょっと時間ができたときだけの参加もよし、お友達をつれての参加も大歓迎です。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

**なでしこの会** 毎月第 4 火曜日開催 13 時 30 分から 15 時

9 月 24 日(火) 特別企画:アコーディオンの伴奏で秋の歌を...

10 月 22 日(火) 特別企画:お抹茶を楽しむ 11 月 26 日(火) 企画未定

会場: サンフレンズ上井草会議室 (上井草 3-33-10/3396-0024)

参加費: 200 円/1 回あたり(お茶菓子代)



ご家族が会に出席するために通所介護(デイサービス)を臨時利用できます。詳しくは、担当のケアマネジャーあるいは各会場にご相談ください。

**ワイワイクラブ** 毎月第 2 木曜日開催 13 時 30 分から 15 時 30 分

9 月 12 日(木)、10 月 10 日(木)、11 月 14 日(木)

会場: 和泉ふれあいの家 3 階会議室 (和泉 4-40-31/3321-4808)

参加費: 200 円/1 回あたり(お茶菓子代)

# サンフレンズ上井草オープンホーム 2013 日程

日	月	火	水	木	金	土
10月		1	2	3	4	5
		万城目正特集	歌の会			チビっ子集まれ パルーンアート イチゴパフェ パン販売
6	7	8	9	10	11	12
			リズムで遊ぼう	音楽で元気	中山晋平特集①	合唱 コンサート 特養入所申込説明会
13	14	15	16	17	18	19
9時～14時 停電	尺八で歌おう		ジョイアロハ	秋の演奏会 デイ見学食事会 手工芸作品販売		のびのびダンスセラピー 介護者教室 オムツの当て方・使い方
20	21	22	23	24	25	26
おやじバンド SIPPS 桃一ママさんコーラス パン販売	楽しい声楽	ドレミちゃんコンサート 介護者の会 お抹茶を楽しむ		中山晋平特集② 中山晋平特集③	ギターで歌おう 秋の歌	ゴスペル
27	28	29	30	31	サンフレンズ上井草 杉並区上井草 3-33-10 西武新宿線上井草南口下車徒歩3分 お問い合わせ：3394-9833	
秋の味覚・さんまを食べる会 家族介護者教室 福祉用具	認知対応デイ 家族懇談食事会	認知対応デイ 家族懇談食事会 手工芸作品販売	中山晋平特集④	アンサンブルフェニックス コンサート		

## 聴く

- 1日(火) 14時から15時 リンゴの唄／万城目正特集 →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 2日(水) 14時から15時 歌の会
- 5日(土) 14時から15時 **イチゴパフェ with ダンサーさゆり『懐かしい童謡で楽しもう』** →詳細以下
- 10日(木) 14時から15時 音楽で元気
- 11日(金) 15時から16時 ゴンドラの唄／中山晋平特集① →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 12日(土) 10時30分から11時 四宮小学校合唱団コンサート
- 14日(月) 14時から15時 尺八で歌おう
- 16日(水) 10時30分から11時30分 ジョイアロハ
- 17日(木) 14時から15時 秋の演奏会
- 20日(日) 11時から11時45分／15時から15時45分 **おやじバンドSIPPS+桃一ママさんコーラス** →詳細次頁
- 21日(月) 14時から15時 小岩井雅人さんの楽しい声楽 →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 22日(火) 10時30分から11時30分 ドレミちゃんコンサート
- 24日(木) 9時30分から11時 カチューシャの唄／中山晋平特集② →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 24日(木) 15時から16時 船頭小唄／中山晋平特集③ →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 25日(金) 12時から13時 ふれあいサロン上井草・ギターで歌おう秋の歌 →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 26日(土) 14時から15時 ゴスペル
- 30日(水) 14時から15時 波浮の港／中山晋平特集④ →詳細4頁 SONGS・みんなの声
- 31日(木) 14時から15時 アンサンブルフェニックスコンサート

## イチゴパフェ with ダンサーさゆり ～見て・聴いて・歌って楽しい童謡コンサート～

童謡歌手で声優でもあるボーカル・忍足敦子(おしたりあつこ)さんと、プロキーボード奏者・斉藤修(さいとうおさむ)さんが中心となって結成された童謡バンド。童謡やアニメソングを手話を交えて披露するなど、子どもたちが楽しく参加できるコンサートを全国の幼稚園・保育園など、各地で展開。最近では、東京・川崎・横浜を中心に、お年寄りの皆さんと一緒に歌ったり体操したりの参加型レクリエーションを行っています。この日は、「ふるさと」「赤とんぼ」「銀座カンカン娘」等を演奏予定。

- 忍足敦子さん(ボーカル) …聖心女子学院専門学校保育専攻科卒業。東京都大田区内の幼稚園に6年間勤務。ビクターレコードよりロックバンド SPICA のボーカルでデビュー後、フリーの童謡歌手に転向。長年に亘り大田区・板橋区の二歳児教室の保育に携わっている。
- 斉藤修さん(ピアノ) …鍵盤弾き、作・編曲家。学生時代よりプロのキーボード奏者として活動を開始。数多くのバックバンドを渡り歩く。編曲や作曲、CMなど多くの音楽を製作。音楽関係の原稿執筆も多い。著書に『なんちゃってジャズ・ピアノ』など。 ※プロフィールについて『システムブレンSBコンシェル』ホームページから転載させていただきました。



チビっ子たくさん集まれ!

## 作る+世代交流

5日(土) 10時30分から11時30分 チビッツ集まれバルーンアート

## 体を動かす

9日(水) 10時30分から11時30分 リズムで遊ぼう  
19日(土) 10時30分から11時30分 のびのびダンスセラピー

## 知る

1日(火)~31日(木) 館内見学、体験利用、利用相談、福祉用具展示(杖、シルバーカー、洋服等/協力: 榑東基、モード・パオ)  
12日(土) 14時から15時30分 特別養護老人ホーム入所申し込みについて(ケアマネ・地域区民向け)  
19日(土) 14時から15時30分 介護者教室『オムツのあて方・使い方』(協力: 榑光洋)  
**22日(火) 13時30分から15時 介護者の会 ~お抹茶を楽しむ~ →詳細1頁**  
27日(日) 13時から14時30分 家族介護者教室『秋のお出かけ特集~福祉用具のあれこれ~』(協力: 榑東基)

## 買う

5日(土) 11時から15時 美味しいパン販売 出店: すだちの里  
20日(日) 11時から15時 美味しいパン販売 出店: いたるセンターPukuPuku  
17日(木)、29日(火) 10時30分から14時30分 手工芸作品販売  
出店: 編み物クラブ、ボランティア室、ふれあいサロン上井草  
販売品: マフラー、ベスト、エコたわし、着物リサイクル品、ベスト、バッグ、小物等

## 食べる

17日(木) 11時30分から12時45分 ケアマネジャー対象デイサービス見学・説明会+食事会(有料)  
27日(日) 11時30分から13時 秋の味覚・さんまを食べる会(要事前予約 3394-1094 先着20名様) 参加費1食500円  
28日(月)、29日(火) 11時30分から12時45分 認知症対応型デイ家族懇談会&職員との食事会

## 連載 この人・この曲 ~第3回 おやじバンド・SIPPS(シップス)「フラワーロード」~

### ~懐かしの歌謡曲を地元バンドの生演奏で聴こう~

今号では、来る10月20日(日)にオープンホーム2013に出演して下さる、おやじバンド・SIPPS(シップス)の皆さんを取り上げさせていただきます。以下、ご多忙の中で寄稿していただいたバンド紹介です。

こんにちは! SIPPSです。私たちは井草地域に生活している40~50代で、定職を持ちながらも、音楽とお酒でつながりを持つ、心は青少年の、いわゆるおやじバンドです。もちろん素人集団です。しかし、そこに集まるお客さんの、様々なニーズを考慮しながら一生懸命に演奏をしています。

曲調はJ-POP(簡単に言うと歌謡曲)が中心ですが、オリジナル曲もたくさんあります。杉並区内のお祭りやイベントでお声掛けいただき、60回を超えるライブを開催してまいりましたが、ここ、サンフレンズ上井草での演奏は今回で3回目です。今回はどのような曲で皆様と一緒できるかと、頭をひねっているところです。

さて、上井草、井荻、下井草をつなぐ一本道を“花と緑と笑顔で結ぶフラワーロード”と名付け、下井草の生花市場でイベントが開催されているのはご存知ですか?とても素敵なネーミングだったので、勝手にテーマ曲を作りました(有名曲の替え歌ですが.../歌詞以下)。どんな曲が飛び出すか楽しみにしててください。素敵な出会いを期待しています。**※11時からのステージに、桃一小ママさんコーラスとの特別共演が決定しました!**

『フラワーロード』元ネタは、1971年、ジョン・デンバーの全米2位の大ヒット曲。1976年には、オリビア・ニュートン=ジョンも歌いました。

1. 大手を振って歩き出す ここは僕の大好きなところ 白い雲流れる風 お花たちがお出迎え  
フラワーロード すばらしい 心かよう 一本道 花の道 みんなのフラワーロード
2. 上井草から井荻を通り 下井草に抜ける通り 見知らぬ同士が 触れ合う笑顔  
まさにハッピーデー ハッピートゥデー  
フラワーロード すばらしい 心かよう 一本道 花の道 みんなのフラワーロード

一足先にこの曲を You Tube で聴いてみよう→<http://www.youtube.com/> 「おやじバンド SIPPS フラワーロード」で検索

## チビッツ集まれ・バルーンアート



色とりどりの風船で、花や動物をつくります。小さいお子さんがたくさん来てくださると嬉しいです。おじいちゃん、おばあちゃん、一緒に楽しみませんか。



写真右端でネコに扮しているのが、紹介文を寄稿して下さった鈴木雅也さん。バンドの賑やかし担当。

# 出張公開音楽会『SONGS・みんなの声』のご用命は、☎ 3394-9833 へ

地域施設・地域団体とのコラボレーション(協働)で出張公開音楽会を随時開催しています。

古き良き時代の歌の数々…、歌のエピソードなどを語り合いながら、ギター、ピアノ、アコーディオン等の生伴奏で歌います。歌の好きな方ならどなたでもどうぞ。たくさん歌って、たくさん笑えるひとときです。

10月・11月は、多くの童謡や新作民謡を手掛けた作曲家・中山晋平さん、流行歌創生期を代表する歌手・藤山一郎さんを特集。「アコーディオンで歌おう」では、秋の唱歌・叙情歌を特集。「楽しい声楽」は、声楽家・小岩井雅人さんをゲストに迎えての1時間。「ギターで歌おう」では、ギター・デュオで伴奏をする予定です。お楽しみに。



※参加ご希望の方は、  
1週間程度前に  
それぞれの会場に  
お申し込みください。

- 上井草ふれあいの家 (上井草 3-33-10/3394-9831)
  - 10月1日(火) 14:00~「リンゴの唄/万城目正特集」
  - 10月21日(月) 14:00~「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
  - 10月30日(水) 14:00~「波浮の港/中山晋平特集」
  - 11月12日(火) 14:00~「男の純情/藤山一郎特集」
- ゆうゆう高円寺東館 (高円寺南 1-7-22/3315-1816)
  - 10月2日(水) 13:30~「日本の童謡王/中山晋平特集」
  - 11月6日(水) 13:30~「夢であいましょう特集」
- 和泉ふれあいの家 (和泉 4-40-31/3321-4808)
  - 10月4日(金) 11:15~「アコーディオンで歌おう秋の歌」
  - 10月12日(土) 11:15~「波浮の港/中山晋平特集」
  - 11月4日(月) 11:15~「男の純情/藤山一郎特集」
  - 11月19日(火) 11:15~「武田節/美智也と八郎特集」
  - 11月21日(木) 11:15~「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
- 大宮ふれあいの家 (堀ノ内 1-16-38/5377-7025)
  - 10月8日(火) 13:45~「波浮の港/中山晋平特集」
  - 11月19日(火) 13:45~「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
  - 11月21日(木) 13:45~「武田節/美智也と八郎特集」
  - ※デイサービス利用者・見学者のみへの公開になります
- 上井草青葉会 (上井草 3-33-10/3394-9833)
  - 10月24日(木) 9:30~「カチューシャの唄/中山晋平特集」
- 和田ふれあいの家 (和田 3-52-4/3312-9556)
  - 10月9日(水) 13:45~「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
  - 10月26日(土) 13:45~「波浮の港/中山晋平特集」
  - 11月16日(土) 13:45~「男の純情/藤山一郎特集」
- 上井草園 (上井草 3-33-10/3394-1094)
  - 10月11日(金) 15:00~「ゴンドラの唄/中山晋平特集」
  - 10月24日(木) 15:00~「船頭小唄/中山晋平特集」
  - 11月7日(木) 15:00~「男の純情/藤山一郎特集」
  - 11月22日(金) 15:00~「武田節/美智也と八郎特集」
- 方南ふれあいの家 (方南 1-52-14/5355-0611)
  - 10月12日(土) 13:30~「波浮の港/中山晋平特集」
  - 11月9日(土) 13:30~「男の純情/藤山一郎特集」
- 永福ふれあいの家 (永福 2-14-20/3327-5811)
  - 10月17日(木) 13:30~「リンゴの唄/万城目正特集」
  - 11月13日(水) 13:30~「影を慕ひて/古賀政男特集」
- ふれあいサロン上井草 (上井草 2-35-2-205/5303-4246)
  - 10月25日(金) 12:00~「ギターで歌おう秋の歌②」
  - 11月29日(金) 12:00~「ギターで歌おう秋の歌③」
- 方南二丁目町会町民の集い (立正佼成会団参会館)
  - 11月17日(日) 13:00~「男の純情/藤山一郎特集」
  - ※町会会員さんのみへの公開になります
- 松ノ木ふれあいの家 (松ノ木 2-14-3/3318-2660)
  - 11月18日(月) 14:15~「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
- サンフレンズ善福寺 (善福寺 3-27-11/5303-0756)
  - 11月25日(月) 14:00~「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

## 大正琴公開講座 10月「東京行進曲」/11月「里の秋」を弾こう

- ふれあいサロン上井草 (上井草 2-35-2-205/5303-4246)
  - 10月2日(水)、10月16日(水)、
  - 11月6日(水)、11月20日(水) 各日とも 10:30~11:30
  - 以降も月2回(第1・第3水曜日)に実施。
  - 参加費: 200円/回
- 和泉ふれあいの家 (和泉 4-40-31/3321-4808)
  - 10月4日(金)、10月23日(水)、
  - 11月8日(金)、11月27日(水) 各日とも 13:30~15:30
  - 以降も月2回(水・金曜日)に実施。
  - 開催日は事前周知します。参加費: 300円/回
- ゆうゆう高円寺東館 (高円寺南 1-7-22/3315-1816)
  - 10月16日(水)、11月20日(水) 各日とも 13:30~15:30
  - 以降も月1回(第3水曜日)に実施。参加費: 300円/回