



2014(平成 26)年 8 月 25 日発行 第 16 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/>



公開音楽会に新しい風
三人の会 爽やかに初登場

東電用地株式会社の社会貢献活動としてボランティア活動をしている声楽家・小岩井雅人さんは、サンフレンズの公開音楽会に全面的に協力してくださり、『小岩井雅人さんの楽しい声楽』というタイトルで、現在、8事業所を3か月ごとに回ってくださっています。普段は私(金子)の拙い伴奏で歌ってくださっているのですが、先月末のある日に限って、金子が研修のためどうしても参加ができなくなってしまいました。そこで、小岩井さんが、ピンチヒッターとして最近一緒に活動されているお仲間を連れてきてくださいました。

写真は、7月30日(水)、大宮ふれあいの家で実現した『三人の会・声楽コンサート』。小岩井さん(テノール)に、三浦靖子さん(ソプラノ)、稲吉稔さん(ピアノ)が加わり、独唱、二重唱、ピアノ・ソロ、会場の皆さんを交えての合唱まで、楽しく素晴らしい1時間でした。次回の『三人の会・声楽コンサート』は11月20日(木)に和泉ふれあいの家で予定しています。芸術の秋は間近です。お楽しみに…。

介護者の会

介護についてひとりで悩んでいる人、いらっしやいませんか？

なでしこの会

10月28日(火) 毎月第4火曜日開催

午後1時30分から3時00分 ※9月はお休みです。

会場：ケア24 上井草 (上井草 3-33-10 サンフレンズ上井草内/3396-0024)

参加費：200円/1回あたり(お茶菓子代)

ワイワイクラブ

9月11日(木)、10月9日(木) 毎月第2木曜日開催

午後1時30分から3時30分

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)



オープンホーム 2014 ～サンフレンズ上井草施設公開～ 10月13日(月)～10月18日(土)

サンフレンズ上井草は、特別養護老人ホーム、デイサービス、ケアマネ事業所、ケア 24 がパッケージになった高齢者介護の複合施設。建物だけでなく、私たちが行っている事業活動を地域の皆様に広く知っていただきたく、今秋も施設公開を行ないます。イベント盛りだくさんの1週間。お仲間お誘いあわせの上、お気軽にお越しください。今号ではその概要を、次号の施設公開特集にて詳細をお知らせいたします。

デイサービス見学

上井草ふれあいの家の見学利用・クラブ活動紹介 施設公開中・期間前後も含め、いつでもどうぞ
デイサービスってどんなところ…? 公開プログラムに参加(無料)してみませんか? デイサービスのご利用を考えている方、ご家族やケアマネージャーさんも一緒にどうぞ。ご希望に応じて、昼食やおやつのご用意(実費負担あり)、また見学のための車で送迎(無料)もいたします(要・事前申し込み 3394-9831)。

イベント

さんまを食べる会

10月13日(月・祝日) 11:30～13:00

秋の恒例行事。好評につき今年も…。要・事前申し込み。申込開始日は次号でお知らせします。

引地朋彦さん歌謡コンサート

10月13日(月・祝日) 14:00～15:00

ボランティア活動を長く続けてくださっている引地さん。この日も名唱を聴かせてくださいます。

STO (サンフレンズ大正琴オーケストラ)

10月14日(火) 14:00～15:00

サンフレンズで大正琴を弾く利用者さんが一堂に会して3度目の定期演奏会。今回は秋の歌を特集。

大正琴公開講座

10月15日(水) 10:00～11:30

初心者・経験者どちらも大歓迎。最低1曲は弾けるようになって帰れるはず。琴はお貸しします。

おやじバンド SIPPS と仲間たち

10月18日(土) 10:30～11:30、14:00～15:00

地元のアイドル(?)のおやじバンド SIPPS が今年も楽しく演奏して下さいます。今年は SIPPS だけでなく、ゲストとの競演があります。午前のステージは三線のグループ合四工(あいよんこう)を交えて沖縄の歌を。午後のステージは可愛い女子中学生のバンド(井草中、荻窪中の軽音楽クラブ)が出演します。

講座

「認知症高齢者と警察の関わり」防犯講話と茶話会

10月16日(木) 14:00～15:30

荻窪警察署生活安全課防犯係のご協力をいただき、介護家族向けのわかりやすいお話です。

家族介護教室「住宅環境を考えてみませんか？」

10月17日(金) 10:00～11:30

福祉用具業者(株式会社東基)さんのご協力をいただき、福祉用具等の説明と展示を行います。

販売

ふれあいショップ

10月13日(月・祝日)、15日(水) 両日とも 10:30～13:00

マフラー、エコたわし、着物リサイクル品、バッグ、小物…。上井草ふれあいの家編み物クラブ、ボランティア室、SOS ふれあいサロン上井草の手作り作品展示・販売です。

パン、クッキー、自然食品

10月18日(土) 11:00～15:00

地元の知的障害者施設・すだちの里のご協力による出店。山梨県の提携施設・春の陽の自然食品販売もあります。

社会福祉法人サンフレンズ 法人設立20周年記念行事 10月19日(日)13:00～16:00

市民活動から生まれた社会福祉法人サンフレンズが設立されて今年で20年。法人の事業運営にご協力をいただいた多くの皆様に感謝の意を表し、これまでのあゆみを振り返るとともに、これからの躍進を誓いながら、20回目の誕生日を一緒に祝います。

●リレー講演 ～サンフレンズの20年を振り返る～

コーディネーター:大村洋永さん(至誠ホームスオミ園長)、岡本波津子さん、河周子さん、白川すみ子さん他

●表彰状・感謝状授与 寄付者、ボランティア、永年勤続職員

●記念コンサート 演奏:シャオ・ロンさん(中国琵琶)、サワシ・ジョシさん(シタール)



羨ましいほど仲の良いお二人です。

特別養護老人ホーム上井草園の1階では、毎日夕方になるとピアノの音が聴こえてきます。音の主は仲の良いお二人、長谷川俊明さん・和子さんのご夫妻です。

ド・ド・ド・ド・レ・レ・レ・レ…。和子さんがピアノの鍵盤を下から上へ、続いて上から下へ弾いています。俊明さんはその左隣に座ってそれを見守りますが、やがて、大きな字で手書きした歌詞を取り出し、和子さんの前に置きます。今度は俊明さんが右手でメロディーを弾きながら歌い始めます。すると和子さんがそれに合わせて歌い出しました。今日の歌は『牧場の朝』。歌い終わると、俊明さんは「ああ、おかあさん上手に歌ったねえ」と満面の笑みで和子さんに声をかけました。

俊明さんは昭和4年、栃木県足利のお生まれ。和子さんは昭和9年、大阪のお生まれ。昭和31年にお見合い結婚され、杉並

区井草に居を構え、やがて娘さんが生まれました。和子さんは、子育てを終えた40歳で教員採用試験に挑戦して見事合格、区内荻窪中学校はじめ20年間中学校の家庭科教員として勤務された傍ら多趣味で、手工芸や合唱の集まりによく参加していました。また、かつて娘さんが習っていたピアノを60歳を過ぎてから弾きはじめました。俊明さんも「楽器は苦手」とおっしゃるものの、楽譜を見ずにピアノで旋律を追いかけることができます（絶対音感があるということ）。本コーナーで紹介している音楽好きの皆さんに共通するのは、ご家族の中に必ず音楽好きな方がいらっしゃるということ。長谷川さんご夫妻もこの例にもれず、俊明さんのお父様はプロのクラリネット奏者、和子さんの妹さんはピアノが達者、娘さんは市民オーケストラでバイオリンを弾いています。

娘さんが嫁いだ後、長谷川さんご夫妻は今では決して珍しくない高齢者世帯になりました。平成20年くらいから和子さんの物忘れや意欲低下が目立ち始め、80歳をすぎた俊明さんの介護負担が少しずつ大きくなってきました。そのうち和子さんの歩行・運動能力の低下、手足の拘縮、嚥下（のみこみ）障害もすすんできました。和子さんは、約1年の長期入院後、平成23年8月に上井草園にご入所。この8月で入所から3年になります。

美味しいものが大好きな和子さんですが、だんだんと食事が困難になってきました。そこで、俊明さん「自分の手を使って食べてこそ美味しい」との思いから、園にあるピアノの活用を思いつき、自分も付き添うことを決めたのです。毎朝・毎夕の2回、俊明さんはほぼ毎日上井草園を訪れ、食事の前後の時間を和子さんと一緒に過ごします。ピアノを弾くようになったこと、一緒に歌うようになってから、和子さんの表情が明るくなりました。よく話すようになりました。そして、今では自分の手でスプーンを持ち、介助なしで最後まで食事を食べることができるようになりました。音楽の力…、そして愛する人の力…。なんて素晴らしいのでしょうか。

『牧場の朝』文部省唱歌・船橋栄吉作曲

この曲を You Tube で聴いてみよう→<http://www.youtube.com/>

ただ一面に立ちこめた 牧場の朝の霧の海
ポプラ並木のうっすらと 黒い底から 勇ましく
鐘が鳴る鳴る かんかんと

もう起き出した小舎小舎の あたりに高い人の声
霧に包まれ あちこちに 動く羊の幾群の
鈴が鳴る鳴る りんりんと

今さし昇る日の影に 夢からさめた森や山
あかい光に染められた 遠い野末に 牧童の
笛が鳴る鳴る ぴいぴいと



東京音楽学校の教授でバリトン歌手の船橋栄吉（ふなはしえいきち）が作曲。作詞者は文部省唱歌となっていますが、定説として朝日新聞社の記者で『アサヒグラフ』の創刊に携わった杉村楚人冠（すぎむらそじんかん）とされています。昭和7年（1932年）、『新訂尋常小学唱歌（四）』に掲載されました。



現存している 1907 年の鐘

『牧場の朝』のモデルとされる福島県岩瀬郡鏡石町にある日本最初の国営牧場・岩瀬牧場は、明治天皇による明治9年（1876年）の第1回東北巡行がきっかけとなって整備が進められました。未開の地が広がっていた福島県の原野を御覧になられた明治天皇は、側近の者にこの地の開墾についてお述べになられ、後に伊藤博文内閣により宮内省直営の開墾地所として開拓がスタートしました。明治40年（1907年）には、オランダ王国レーワルデンの酪農家からホルスタイン種牛13頭と農機具を直輸入。日蘭友好の記念として岩瀬牧場に鐘が贈られました。「鐘が鳴る鳴る、かんかんと」という歌詞は、この時にオランダから岩瀬牧場へ贈られた友好の鐘が鳴り響く音だとされています。

ホームページ「ウィキペディア」「世界の民謡・童謡」から一部引用させていただきました。

出張公開音楽会『SONGS・みんなの声』～地域の方も、ご家族の皆さんもいらっしゃい!～

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よ。

9月は東京をテーマにした歌、10月は汽車の歌を特集。「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時間です。「ギターで歌おう」では、皆さんからのリクエスト曲を伴奏します。10月5日と14日の「STO秋の歌」は、サンフレンズ大正琴オーケストラの定期演奏会です。お楽しみに…。

●和泉一たかさご会

(方南1-27-8 方南区民集会所/3322-4225)

9月1日(月) 14:00～「上を向いて歩こう/坂本九特集」
お問合せ: 和泉一たかさご会会長・安野三郎 (5930-7252)

●上井草園 (上井草 3-33-10/3394-1094)

9月2日(火) 14:00～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
9月12日(金) 14:00～「東京行進曲/東京の歌特集」
9月30日(火) 14:00～「七つの子/日本の歌百選⑥」
10月10日(金) 14:00～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
10月18日(土) 14:00～「おやじバンド+ガールズバンド」
10月31日(金) 14:00～「浜千鳥/日本の歌百選⑦」

●ゆうゆう高円寺東館 (高円寺南1-7-22/3315-1816)

9月3日(水) 13:30～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月1日(水) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
10月5日(日) 午後・時間未定「STO秋の歌」

●サンフレンズ善福寺 (善福寺 3-27-11/5303-0756)

9月4日(木) 14:00～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月17日(金) 14:00～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●松ノ木ふれあいの家 (松ノ木 2-14-3/3318-2660)

9月5日(金) 14:15～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月11日(土) 11:15～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 (松ノ木 2-38-6/3315-7760)

9月7日(日) 午後・時間未定「星影のワルツ/遠藤実特集」

●八成ふれあいの家 (井草 2-25-4/5311-3637)

9月11日(木) 11:00～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月22日(水) 11:00～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●永福ふれあいの家 (永福 2-14-20/3327-5811)

9月11日(木) 13:30～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
9月22日(月) 13:30～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月3日(金) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●和泉ふれあいの家 (和泉 4-40-31/3321-4808)

9月12日(金) 11:15～「東京行進曲/東京の歌特集」
9月24日(水) 11:15～「七つの子/日本の歌百選⑥」
10月9日(木) 11:15～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
10月25日(土) 11:15～「浜千鳥/日本の歌百選⑦」

●方南ふれあいの家 (方南 1-52-14/5355-0611)

9月13日(土) 13:30～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月11日(土) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●和田ふれあいの家 (和田 3-52-4/3312-9556)

9月16日(火) 10:30～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月2日(木) 13:30～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
10月25日(土) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●上井草ふれあいの家 (上井草 3-33-10/3394-9831)

9月16日(火) 14:00～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月6日(月) 10:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
10月14日(火) 14:00～「STO秋の歌」
10月18日(土) 10:30～「おやじバンド+三線バンド」
10月30日(木) 14:00～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

●善福寺サロン

(善福寺 3-27-11 サンフレンズ善福寺/5303-0756)

9月19日(金) 14:00～「星影のワルツ/遠藤実特集」
お問合せ: ケア24 善福寺 (5311-1024)

●善福寺愛の園 (善福寺 4-20-10/6421-6206)

9月22日(月) 10:30～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月6日(月) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●大宮ふれあいの家 (堀ノ内 1-16-38/5377-7025)

9月24日(水) 13:45～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月7日(火) 13:45～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
※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)

9月25日(木) 9:30～「東京行進曲/東京の歌特集」
10月23日(木) 9:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」

●ふれあいサロン上井草 (上井草 2-35-2-205/5303-4246)

9月26日(金) 12:00～「ギターで歌おう秋の歌①」
10月31日(金) 12:00～「ギターで歌おう秋の歌②」

●和泉みどりの里

(和泉 4-40-31 和泉ふれあいの家3階/3324-7184)

10月16日(木) 14:00～「りんご追分/美空ひばり特集」

●わがまち一番体操まつり

(高井戸東 3-7-5 高井戸地域区民センター/3331-7841)

10月18日(土) 15:30～「りんご追分/美空ひばり特集」

●いずみクラブ誕生会

(和泉 4-16-22 ゆうゆう和泉館/3323-5663)

10月26日(日) 10:15～「りんご追分/美空ひばり特集」
※いずみクラブ会員さんのみへの公開になります

大正琴公開講座

9月『旅愁』/10月『ここに幸あり』を弾こう

●ふれあいサロン上井草 (5303-4246)

※会場はサンフレンズ上井草 (上井草 3-33-10) です

9月3日(水)、9月17日(水)、10月1日(水)、10月15日(水)
各日とも9:30～11:30
以降も月2回(第1・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)

9月10日(水)、9月26日(金)、10月8日(水)、10月24日(金)
各日とも13:30～15:30

以降も月2回(水・金曜日/開催日は事前周知)に実施。

参加費 300円/回

●ゆうゆう高円寺東館 (高円寺南1-7-22/3315-1816)

9月17日(水)、10月15日(水) 各日とも13:30～15:00

以降も月1回(第3水曜日)に実施。参加費 300円/回