



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/>

2014(平成 26)年 9 月 25 日発行 第 17 号 (毎月 25 日発行)

10月13日(月・祝日) ~ 18日(土)



# サンフレンズ上井草オープンホーム2014

## 見学・体験・相談、お気軽に…。イベント盛りだくさんの1週間

サンフレンズ上井草は、特別養護老人ホーム（入所・ショートステイ）、デイサービス、ケアマネ事業所、ケア 24（地域包括支援センター）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。

13 (月・祝日)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
11:30-13:00 さんまを食べる会	10:30-11:30 どれみちゃんコンサート	10:00-11:30 大正琴公開講座		10:00-11:30 家族介護教室 「住宅環境を考 えてみませんか？」	10:30-11:30 おやじバンド SIPPS と仲間達
10:30-13:00 ふれあいショッ プ		10:30-13:00 ふれあいショッ プ			11:00-15:00 パン、クッキー、 自然食品販売
14:00-15:00 引地朋彦さん 歌謡コンサート	14:00-15:00 STO (サンフレ ンズ大正琴オー ケストラ)		14:00-15:30 防犯講話と茶話 会「認知症高齢 者と警察の関わ り」		14:00-15:00 おやじバンド SIPPS と仲間達

# デイサービス見学

## 上井草ふれあいの家の見学利用 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）。

## 選択プログラム・クラブ活動紹介 各曜日、13:00 から

少人数で活動しています。興味のある方は是非。見学大歓迎です。月：詩吟（第2月曜）・脳トレ・麻雀  
火：ハーモニカ（コーラス）・大正琴 水：コーラス・編み物・麻雀 木：ハーモニカ・編み物（午前）  
金：ハーモニカ（コーラス）・麻雀 ※ボランティアさんの都合で中止になる場合があります。ご了承下さい。

## 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…。参加費 500円。要・事前申込。先着 20名様。10月1日〆切。

### 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。

### 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。

### どれみちゃんコンサート

10月14日（火）10:30～11:30

どれみちゃん（松島さん）のギターやハーモニカに合わせて懐かしのメロディーを歌いましょう。

### 大正琴公開講座

10月15日（水）10:00～11:30

初心者・経験者とも大歓迎。最低1曲は弾けるようになるはず。琴はお貸しします。

### おやじバンド SIPPS と仲間達

10月18日（土）10:30～11:30、14:00～15:00

地元のおやじバンド SIPPS。今年はゲストとの競演もあり。午前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。午後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）も出演します。

## 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。加えて、南国鹿児島からさつま加工クラブおぼんずが参加決定。手作り麦みそとジャムを出品。

## 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）、11月25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

10月9日（木）、11月13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）



上井草ふれあいの家で9月に作ったカレンダー。ポンポコポン

# 連載 この人・この曲 ~第15回 川崎ケイさん・牧野千代子さん「サンタルチア」~



あらあら、指が元気に動き出しました。

前号に続いて毎日夕方に聴こえてくる音のお話。場所は方南町駅近くにある老人保健施設ウェルファー1階のデイケアルーム。音の正体は大正琴。川崎ケイさん（以下、ケイさん）とその娘さんの牧野千代子さん（以下、千代子さん）の親子ペアです。

ケイさんと私（金子）の出会いは、2005年春。当時勤務していたデイサービス和泉ふれあいの家に千代子さんが付き添って来所されたときからお付き合いが始まりました。病院から退院するケイさんを千代子さんのご家庭で急遽引き取ることになり、千代子さんもまだ仕事をされていたため、可能な限り多くの日数を利用できるデイサービスが必要なときでした。その希望に沿えることができたのが和泉ふれあいの家だったわけです。

当時、和泉ふれあいの家ではちょうど大正琴クラブを始めたばかり。ケイさんをお誘いしてみたところ、実に楽しそうに弾かれました。歌、とくにカンツォーネが好きだったというケイさん、

おそらく鍵盤楽器を弾いたことがあったのでしょう、耳で覚えている曲はほぼ楽譜を見ないで弾けてしまうくらい腕前でした。その後もケイさんはショートステイと和泉ふれあいの家を併用しながら在宅生活を続けました。大正琴の発表会とショートステイの日程が重なったときに、滞在先から外出して参加されたこともあり。一方、千代子さんは和泉ふれあいの家で立ち上げた地域の介護者家族の会・ワイワイクラブに参加、いつのまにか会長に…。そう言えば“ワイワイクラブ”の命名者も千代子さんでした。

ところが昨年暮れ、ケイさんがショートステイ中にベッドから転落、大腿骨を骨折して入院。車いす利用となったため、退院後の在宅介護が難しくなり入所施設を探していたところ、幸いにも千代子さんをご自宅から歩いて行ける距離の老人保健施設ウェルファーに入所することができました。一方で、ケイさんは長い入院・入所生活によって身体機能だけでなく生活意欲も低下し、笑顔も少なくなっていました。在宅で介護していた時から、常にケイさんには何かしらの活動を与え、生活意欲の維持を心掛けていた千代子さん。「在宅のときにあって、今は無いもの…？」と、思いついたのが大正琴でした。そこで千代子さんはまず自分が弾けるようになってケイさんの歌の伴奏にも活用したいと考え、和泉ふれあいの家の大正琴公開講座に参加しました。講座で学んだ曲の楽譜を持ってウェルファーに向かい、ケイさんと一緒に大正琴を弾き、歌を歌う時間をつくることにしました。また、天気の良い時にはケイさんを連れて講座に参加されることもあり。また、

しばらく続けてみるとどうでしょう。ケイさんは次第に指を動かすようになり、声を出すようになり、笑顔を浮かべる回数が増えました。他の利用者への配慮から、夕方には利用が終了しているデイケアルームを用意してくださったのはウェルファーさんのご厚意でした。取材にお伺いしたこの日、千代子さんの大正琴に合わせてケイさんが歌ってくださったのはカンツォーネ『サンタ・ルチア』でした。ご自宅から買い物カートに大正琴を括り付けて、ウェルファーに向かう千代子さん。今日はどの曲をケイさんと一緒に歌うつもりなのでしょう？

**『サンタ・ルチア(Santa Lucia)』ナポリ民謡** この曲を You Tube で聴いてみよう→<http://www.youtube.com/> 『サンタ・ルチア』とは、“聖ルチア”という実在の殉教者のことで、その悲しい死を描いた伝統民謡が18世紀のナポリにありました。その旋律をフランス系イタリア人のテオドロ・コットラウが採集し、1849年に舟歌として出版しました。そこにあるナポリ語の歌詞では、ナポリ湾に面した絵のように美しい波止場地区“ボルゴ・サンタ・ルチア”を讃え、船頭が自分の船に乗って夕涼みするよう誘いかけています。この時点で、悲しい殉教者の名前が地名と入れ替わっています。その後、第1次イタリア統一運動の時期にナポリ語から標準イタリア語に翻訳されて今に至ります。20世紀の録音で最も有名なものは、ナポリ出身のオペラ歌手エンリコ・カルーソーのものでしょう。

わが国でこの曲が教科書に初めて登場したのは、第二次大戦後まもない1947年（昭和22年）に発行された最後の国定教科書。外国曲容認の流れの中で、中学2年生の教科書に掲載されたものでした。そのとき採用されたのが、以下の小松清の訳詞です。その後、民間の出版社から発行された検定教科書に変わっても小松の詞が使用され続けたので、学校でこの歌を習った人はこの歌詞で歌ったはずですよ。

**【小松清訳】** 空に白き月の光 波を吹くそよかぜよ かなた島へ友よ行かん サンタルチア サンタルチア  
しろがねの波に揺られ 船は軽く海を行く かなた島へ今宵また サンタルチア サンタルチア  
友よいざ船に乗りて 波を越えとく行かん かなた島へ友よいざ サンタルチア サンタルチア

一方で、昭和の初期にこの曲の日本語版 SP レコードが発売されています。歌ったのは戦前のソプラノ歌手ペルトラメリ能子（よしこ）、編曲とオーケストラの指揮は山田耕筰で、レコード盤上には“堀内敬三訳”と記されています。昭和30年代のうたごえ運動でもよく歌われ、その際は以下の堀内の歌詞が主流だったようです。

**【堀内敬三訳】** 月は高く海に照り 風も絶え波もなし 来よや友よ船は待てり サンタルチア サンタルチア  
ほのかなる潮の香に 流るるは笛の音か 晴れし空に月は冴えぬ サンタルチア サンタルチア  
愛めぐしナポリ夢の国 憂いなく悩みなし 水夫(かこの歌の遠くひびく) サンタルチア サンタルチア  
いざや出でん波の上 月もよし風もよし 来よや友よ船は待てり サンタルチア サンタルチア

さて、これをお読みになっいたらしゃるアナタはどちらの歌詞で歌っていらっやいましたか？

ホームページ「ウィキペディア」「竹内貴久雄の音楽室」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やい!～

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。

10月は汽車の歌、11月は働く人の歌を特集。「楽しい声楽」は声楽家(テノール)・小岩井雅人さんをゲストに迎えての1時間。11月20日の「三人の会・声楽コンサート」は小岩井さんに加えて、三浦靖子さん(ソプラノ)、稲吉稔さん(ピアノ)が加わったスペシャル版。「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日はSTO(サンフレンズ大正琴オーケストラ)の秋の定期発表会。10月18日はおやじバンドSIPPSが共演者を伴っての出演。10月19日は法人設立20周年記念式典のフィナーレのコンサートを一一般公開します。シャオ・ロン氏(中国琵琶)とサワン・ジョシ氏(シタール)の夢の競演をお楽しみください。

- ゆうゆう高円寺東館(高円寺南1-7-22/3315-1816)
  - 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) 13:30～「STO秋の歌」
  - 11月5日(水) 13:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 和田ふれあいの家(和田3-52-4/3312-9556)
  - 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」
  - 11月18日(火) 13:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 永福ふれあいの家(永福2-14-20/3327-5811)
  - 10月3日(金) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
  - 11月3日(月) 13:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 上井草ふれあいの家(上井草3-33-10/3394-9831)
  - 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19日(日) 15:10～「中国琵琶とシタール・夢の競演」
  - 10月30日(木) 14:00～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
  - 11月26日(水) 10:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 善福寺愛の園(善福寺4-20-10/6421-6206)
  - 10月6日(月) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
  - 11月17日(月) 13:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 大宮ふれあいの家(堀ノ内1-16-38/5377-7025)
  - 10月7日(火) 13:45～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
  - 11月10日(月) 13:45～「せんせい/働く人の歌特集」
  - 11月27日(木) 13:45～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
  - ※デイサービス利用者・見学者のみへの公開になります
- 和泉ふれあいの家(和泉4-40-31/3321-4808)
  - 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」
  - 11月3日(月) 11:15～「せんせい/働く人の歌特集」
  - 11月14日(金) 11:15～「もみじ/日本の歌百選⑧」
  - 11月20日(木) 11:15～「三人の会・声楽コンサート」
- 上井草園(上井草3-33-10/3394-1094)
  - 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」
  - 11月8日(土) 14:00～「せんせい/働く人の歌特集」
  - 11月21日(金) 14:00～「もみじ/日本の歌百選⑧」
- 松ノ木ふれあいの家(松ノ木2-14-3/3318-2660)
  - 10月11日(土) 11:15～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
  - 11月11日(火) 11:15～「せんせい/働く人の歌特集」
  - 11月20日(木) 14:15～「三人の会・声楽コンサート」
- 方南ふれあいの家(方南1-52-14/5355-0611)
  - 10月11日(土) 13:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
  - 11月15日(土) 13:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 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」
- サンフレンズ善福寺(善福寺3-27-11/5303-0756)
  - 11月11日(火) 14:00～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」
  - 11月26日(水) 14:00～「せんせい/働く人の歌特集」
- 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) 15:10～「りんご追分/美空ひばり特集」
  - 11月29日(土) 13:00～「りんご追分/美空ひばり特集」
- 八成ふれあいの家(井草2-25-4/5311-3637)
  - 10月22日(水) 11:00～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
- 上井草青葉会(上井草3-33-10/3394-9833)
  - 10月23日(木) 9:30～「高原列車は行く/汽車の歌特集」
  - 11月13日(木) 9:30～「せんせい/働く人の歌特集」
- 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
- ふれあいサロン上井草(上井草2-35-2-205/5303-4246)
  - 10月31日(金) 12:00～「ギターで歌おう秋の歌②」
  - 11月28日(金) 12:00～「ギターで歌おう秋の歌③」
- 三鷹市ほのぼのネット(三鷹市新川宿地区公会堂)
  - 11月6日(木) 12:00～「りんご追分/美空ひばり特集」
- セシオン杉並(梅里1-22-32/3317-6611)
  - 11月25日(火) 10:00頃～「杉並音頭/森の小人」
  - いきいきクラブ連合会福祉大会に和泉寿会の伴奏で出演

## 大正琴公開講座 10月「ここに幸あり」/11月「冬景色」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
  - 10月1日(水)、10月15日(水)、11月5日(水)、11月19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)
  - 10月8日(水)、10月24日(金)、11月12日(水)、11月28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)
  - 10月15日(水)、11月19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