



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/>

2013(平成 25)年 12 月 25 日発行 第 8 号 (毎月 25 日発行)



40年ぶりのステップ 上井草園で、ひとつ夢が叶いました

先生のリードに合わせて、ステップを踏む和田千枝子さん。履きなれないダンス・シューズもなんのその。40年間の眠りから覚めた足が自然に動き出しました。(12月3日、井荻の村上ダンス教室で撮影／本文以下)

最初は叶わぬ夢と思っていました…

寄稿 上井草園施設介護支援専門員 玉置幹夫

和田千枝子さん(83歳)は、今年1月、特別養護老人ホーム上井草園にご入所。「40年前はワルツもタンゴもチャチャチャもできたのよ。」若い頃、社交ダンスが趣味だった和田さんは、ご入所当時、よくステップを披露してくださったものでした。老人ホームでの生活は、在宅生活と比べて介護・栄養・健康維持についての援助態勢は整いますが、一方で、ご自分の意思でやりたい活動ができにくくなってしまうのもまた事実。ある日、次第に退屈な時間が増えてきた和田さんから「もう一度ダンスを踊りたい。」という言葉をお聴きしました。

入所者が個人の趣味のために外出することは、老人ホームでは「叶えたいけれど叶わぬ夢」。一方で和田さんのダンスに対する思い入れは日に日に高まるばかり。その熱意に負け、介護が必要な高齢者が通えるダンス教室を必死に当たってみると、井荻駅近くの村上ダンス教室から「大丈夫、93歳の方を教えたこともありますよ。」と心強いお返事をいただくことができました。実際に通うための準備も必要でした。私一人の判断で実現できることではないので、職員会議に提案。他の職員から意見をいただき、主治医からの了承も取り付けました。送迎は上井草園の有償サービスを使い、付添いはサンフレンズの「困ったときのSOSセンター」に依頼しました。

9月上旬、初めてのレッスン。背が高く紳士的な村上先生が笑顔で迎えて下さいました。先生はブルースを流し、和田さんの手を取ると、ゆっくりとステップを合わせて下さいました。30分の個人レッスンは、あっという間。「足が自然に出てきましたね。歩く姿を拝見したときは、どこまでできるか心配していたんですよ。」と先生。「先生、私はまだ踊れるわよ!」と和田さん。

和田さんは、今も元気に毎週火曜日に通っています。

地域福祉推進室からのコメント 和田さんの夢を叶えられてよかったですね。①夢は現実ではないので、叶えるためには、これまでとは違う取り組みをするべし。今回は、地域の繋がりを上手く利用できたのが良かったですね。②夢は人と一緒に見るべし、人と一緒に叶えるべし、③夢は人に語るべし、人から語られるべし。(金子)

公開音楽会『SONGS・みんなの声』中間報告②（前号からの続きです）

地域と施設の関係づくり

通所施設では、『SONGS・みんなの声』を地域への公開プログラムや見学用プログラムとして利用していただきました。音楽会をきっかけに、地域住民の方が初めて施設を訪れてくださった他にも、以前利用者されていた方が施設入所後にご家族と一緒に来所されたり、亡くなった利用者さんのご家族が数年ぶりに訪れてくださったりしたことがありました。広報の方法や規模は事業所の判断に委ねましたが、回を重ねるにつれ地域周知が少なくなっていき、施設内プログラムになってきた事業所も見受けられました。**公開音楽会への参加をきっかけに、来所された方を相談・利用につなげたり、また音楽会以外の地域公開プログラムを企画するなど、各事業所が創意工夫をもって地域とのつながりづくりに取り組んでいただきたいと思います。**

入所施設では普段音楽プログラムが少ないゆえか、利用者さんの反応は最初のうちはおとなしかったようですが、回を重ね顔を覚えていただけるようになるにつれ、だんだん歌声が元気になってきました。次回を楽しみにしてくださる声（期待・予定）が増えたことも大切なことだと思います。入所施設は、通所施設と違って利用者さんの生活の場所であるため、大々的に公開するものではないにせよ、**ご家族やご友人等が来所して利用者さんとふれあう機会などとして活用していただくのも良ろしいかと思えます。**

施設以外では、ゆうゆう館（敬老館）、いきいきクラブ（老人クラブ）、町会からの出演要請がありました。活動を重ねるうちに次第に多く声がかかるようになり、**地域の人と人のつながりを実感しました。**地域福祉推進室の広報紙『VOICES・みんなの声』に参加者に手渡ししながら、次回や近隣開催の公開音楽会を周知したことや、ゆうゆう館等で作ってくださったポスターやチラシの効果は大きかったようです。やがて、複数の会場の音楽会に参加したり、同じく地域福祉推進室で企画している大正琴公開講座にも参加する方も増えてきました。

大正琴公開講座

地域福祉推進室では、大正琴を高齢者の元気づくり活動に取り入れたいと考え、すでに公開講座を実施していた和泉ふれあいの家に続いて、8月からふれあいサロン上井草、10月からゆうゆう高円寺東館で定期開催をスタートしました。その他に、永福ふれあいの家、上井草ふれあいの家、特別養護老人ホーム上井草園において、大正琴クラブの立ち上げ援助、月1～2回の指導を開始しました。各講座・各クラブでは、それぞれの参加者の上達レベルに応じた練習指導の他、楽器入手の援助、楽器の調整・修理、発表会の企画などを行いました。

①広報紙での周知、地域サロンやゆうゆう館等での勧誘が参加につながっている、②ふれあいの家に通所されている（いた）方のご家族が参加している、③複数の大正琴講座を掛け持ちで参加している方がいる、**④参加者同士での交流が生まれ、出欠席の連絡やお元気確認等が参加者同士でされるようになってきた、等が特徴です。**

今後の展開

来年度は、法人内事業所については、①音楽プログラム実施者の養成、②ボランティア募集や受入のノウハウづくり、③地域との関係づくり等について、活動を通じて援助していきたくと考えています。法人外事業所については、まだつながりが少ないサンフレンズ上井草周辺の地域住民・施設・団体との新しいつながりづくりに力を注ぎたいと考えています。

公開音楽会や大正琴クラブについて、インターネット・ホームページに記事や動画が掲載されました。メディアで紹介していただくことは、活動が広く周知されるだけでなく、参加している人たちの励みにもなります。**今後も積極的に情報を発信しながら、メディアを有効活用していきたくと考えています。**また、本紙読者の方から「地域福祉推進室の活動のために」と、法人に対する寄付金や、中古大正琴のご寄付をいただきました。応援ありがとうございます。

最後にもうひとつ。これまでは戦前から昭和20年代あたりまでの歌を中心に選曲してまいりましたが、今後、昭和30～40年代の流行歌のレパートリーを増やしていきます。演歌で言えば、藤山一郎さん・霧島昇さんから、三橋美智也さん・春日八郎さんへ…。理由はおわかりですね。“若いお客さん”が増えたからです♥

介護者の会『なでしこの会』『ワイワイクラブ』のお知らせ

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 1月28日(火)、2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
会場：サンフレンズ上井草内会議室（上井草3-33-10／3396-0024）参加費：200円／1回あたり（お茶菓子代）

ワイワイクラブ 1月9日(木)、2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）

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。

連載 この人・この曲 ～第6回 松本澄江さん『キサス・キサス・キサス』～

和田ふれあいの家に演奏に行くたびに、私を応援してくださる松本澄江（まつもとすみえ）さん。最初にいただいた言葉は「今度、NHKのオーディションを受けなさいネ！」でした（笑）。元気に歌ってくださるだけでなく、いろんな歌のことをよくご存じで、私に優しく教えて下さる方です。

松本さんは昭和4年、品川生まれ。子どもの頃の音楽に関する思い出としては、映画『愛染かつら』。何度も映画館に足を運び、またラジオからはその主題歌『旅の夜風』がよく流れていたそうです。

昭和27年にご結婚。品川区荏原で『味噌ラーメン・どさんこ』を開店。今は亡きご主人と一緒に、毎日終電過ぎまで店を切り盛りしながら、子どもさん3人を立派に育てあげました。当時、流行だったのが”元祖ご当地ラーメン”札幌発祥の味噌ラーメン。松本さんご夫妻もこのブームに乗って味噌ラーメン専門店を始めた訳ですが、ラーメンの味にも流行り廃りがあるもの。時代の移り変わりとともに一時客足が大幅に減った時もあり、ご主人とともに必死に味の改良に取り組んだそうです。和田ふれあいの家の職員の中にも、昔、このお店で味噌ラーメンを食べたことのある方がいらっしゃったようです。

松本さんがいろんな歌を知っていらっしゃるのは、お店に有線放送が入っていたからとのこと。そういえば、千昌夫さんの『星影のワルツ』や『北国の春』などは、有線放送からじわじわと人気が高まり、レコード発売から数年かけて大ヒットしています。昭和の時代、日本の流行歌にとって有線放送は大切なメディアだったのです。

そんな松本さんの思い出の一曲は、意外にも流行歌ではなく、**ラテンの名曲『キサス・キサス・キサス』**でした。常連のお客さんから教えていただいたレコードを、中古で買った電蓄（電気蓄音機）に乗せてよく聴かれたそうです。ただし、音楽に全然興味がなかったご主人のいない時をねらって聴いていらっしゃったそうです。

このインタビューの後、松本さんは、ご自宅の押入れにもぐってレコードを探してくださったらしく、「見つけられなくてごめんネ」というお電話をいただきました。そういうお気持ちが何よりも嬉しかったです♥



歌が大好きな松本さん。背景と組み合わせて、トナカイさんになっていただきました。メリー・クリスマス！（12月4日、和田ふれあいの家にて）

『キサス・キサス・キサス』 ナット・キング・コール この曲を You Tube で聴いてみよう→<http://www.youtube.com/>



『キサス・キサス・キサス(Quizás, quizás, quizás)』は、キューバのオスバルド・ファレス作詞・作曲の1947年の作品。題名は「たぶん、たぶん、たぶん」という意味。原曲はスペイン語で、メキシコのトリオ・ロス・パンチョスなどが歌い、まずスペイン語圏でヒット。やがて世界的なスタンダード曲として広まりました。松本さんが愛聴されていたのは、1958年にアメリカの**ナット・キング・コール**が歌ったもの。日本ではアイ・ジョージ、ザ・ピーナッツ、水谷良重(水谷八重子の娘＝現・二代目水谷八重子)などが持ち歌にしていました。

ナット・キング・コールは、1919年、アメリカ合衆国アラバマ州モンゴメリー生まれ。1930年代からピアニストとして活動を開始し、スウィング・ジャズ時代末期の傑出したピアニストとしての業績を残しました。1939年にピアノ、ギター、

ベースのシンプルな編成からなる「ナット・キング・コール・トリオ」を結成。ビッグ・バンド全盛の時代におけるこの小編成はとても革新的で、その後のトリオ・バンド流行の火付け役となりました。

1940年代からは、艶のある声を買われて、ピアニストだけでなく歌手としても活動を始め、1944年に『ストレイトン・アップ・アンド・フライ・ライト』が大ヒット。1950年代以降はポピュラー界に活動の場を移し、テレビにも多く出演し、『モナ・リザ』『スターダスト』などの名唱で広く大衆的な人気を得ました。歌手としてまだ絶頂期だった1965年、肺ガンで逝去。まだ45歳の惜しまれる死でした。彼は、1日3箱を吸うヘビースモーカーで、「たばこは低音を豊かにする」と信じていたようです。ちなみに、娘のナタリー・コールも歌手として大成功しています。※ホームページ「ウィキペディア」から一部引用させていただきました。

編集後記 ～誰がつくった？落ち葉のアート～



なんとも心温まる風景ですね。（10月27日、サンフレンス上井草付近の早稲田大学ラグビー部グラウンドの前で撮影）

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。

1月は金色夜叉～懐かしのメロドラマ特集、2月は夢であいましょう～中山八大特集など。「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・デュオで伴奏します。

※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。

●和田ふれあいの家 (和和 3-52-4/3312-9556)

1月6日(月) 13:30～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

1月8日(水) 13:30～「あゝそれなのに／芸者歌手特集」

※ゆうゆう高円寺東館との共同開催

1月9日(木) 13:30～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

2月4日(火) 13:30～「夢であいましょう／中村八大特集」

●上井草ふれあいの家 (上井草 3-33-10/3394-9831)

1月7日(火) 14:00～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

1月27日(月) 14:00～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

2月10日(月) 14:00～「夢であいましょう／中村八大特集」

●ゆうゆう高円寺東館 (高円寺南 1-7-22/3315-1816)

1月8日(水) 13:30～「あゝそれなのに／芸者歌手特集」

※会場は和田ふれあいの家になります。

2月5日(水) 13:30～「新雪／灰田勝彦特集」

●和泉ふれあいの家 (和泉 4-40-31/3321-4808)

1月10日(金) 11:15～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

1月21日(火) 11:15～「真白き富士の峯／冬の歌特集」

2月12日(水) 11:15～「夢であいましょう／中村八大特集」

2月18日(火) 11:15～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

2月20日(木) 11:15～「雪の降る町を／雪の歌特集」

●方南ふれあいの家 (方南 1-52-14/5355-0611)

1月11日(土) 13:30～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

2月15日(土) 13:30～「夢であいましょう／中村八大特集」

●上井草園 (上井草 3-33-10/3394-1094)

1月13日(月) 15:00～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

1月30日(木) 15:00～「真白き富士の峯／冬の歌特集」

2月14日(金) 15:00～「夢であいましょう／中村八大特集」

2月27日(木) 15:00～「雪の降る町を／雪の歌特集」

●大宮ふれあいの家 (堀ノ内 1-16-38/5377-7025)

1月14日(火) 13:45～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

2月3日(月) 13:45～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

2月21日(金) 13:45～「夢であいましょう／中村八大特集」

※デイサービス利用者・見学者のみへの公開になります

●三鷹市ほのぼのネット中原 (三鷹市中原一丁目地区公会堂)

1月16日(木) 12:00～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

●永福ふれあいの家 (永福 2-14-20/3327-5811)

1月18日(土) 13:30～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

2月28日(金) 13:30～「夢であいましょう／中村八大特集」

●上井草青葉会 (上井草 3-33-10/3394-9833)

1月23日(木) 9:30～「金色夜叉／懐かしのメロドラマ特集」

2月27日(木) 9:30～「夢であいましょう／中村八大特集」

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

1月31日(金) 12:00～「ギターで歌おう冬の歌②」

2月28日(金) 12:00～「ギターで歌おう冬の歌③」

●松ノ木ふれあいの家 (松ノ木 2-14-3/3318-2660)

2月6日(木) 14:15～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

●さくらサロン (和泉 4-9-5 杉本ビル 101/予約不要)

2月12日(水) 13:00～「アコーディオンで歌おう冬の歌」

●サンフレンズ善福寺 (善福寺 3-27-11/5303-0756)

2月13日(木) 14:00～「小岩井雅人さんの楽しい声楽」

●和泉みどりの里

(和泉 4-40-31 和泉ふれあいの家 3階/3321-4808)

2月20日(木) 14:00～「新雪／灰田勝彦特集」



大正琴公開講座

1月「真白き富士の峯」/2月「出船」を弾こう

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

1月8日(水)、1月22日(水)、

2月5日(水)、2月19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。※1月のみ第2・

第4水曜日になります。参加費：200円/回

●和泉ふれあいの家 (和泉 4-40-31/3321-4808)

1月10日(金)、1月22日(水)、

2月7日(金)、2月26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)

1月15日(水)、2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

コンサート

和泉ふれあいの家大正乙女楽団水組出張コンサート：1月29日(水) 14:00～永福ふれあいの家にて

ご自宅に、ご不要の大正琴が眠っている方、ご連絡ください。引き取りに伺い、地域福祉推進室が区内各地で実施していく大正琴公開講座に役立てさせていただきたいと思います。3394-9833 サンフレンズ地域福祉推進室(金子)