



OIDEYOハウス より



NEWS!

ライフステージかりがね建設工事 順調に進行中！

秋空の下、最高点25mのクレーンもフル稼働!
新しい居住棟の壁や屋根の形が見えてきました。
たくさんの皆様のご寄附、ご協力、ほんとうにありがとうございます!
次号では、新しい建物をご覧頂けると思います。



一
筆
上

笑顔は
周り(世界)をかえる

私たちの身体を自動的に調整している神経が自律神経です。心臓や肺、血管などが意識しなとも動いているのは、自律神経の働きです。自律神経は、活動をしやすくする働きをする交感神経と心身を休息させる働きをする副交感神経で成り立ち、両方がバランス良く働いて、私たちの身体を支えています。このバランスが崩れると不調に陥ります。特に、交感神経が活発に働きすぎると、ストレスが生じて、様々な症状や病気を誘発するようです▼最近医療現場では「笑い」の効用が盛んに語られています。笑いによって脳が活発に働き、その結果、免疫力を高める遺伝子や身体の新陳代謝を活発化する遺伝子などが働いて、ガンになりにくくなったり、血糖値が抑制されたり、ストレスからくる肩こりが解消するなどの効果があるようです▼誰もが知っていることわざに「笑う門には福来たる」があります。いつも笑顔で

明るく暮らしている人のところにいる人には、ぜんと幸せがやってくるといった意味です。研究によれば本當は笑いたい気分ではないのに、顔の筋肉をむりやり動かせて、笑い顔に近い表情にしても、脳が活性化するとも言われています。形が心をかえていくという感じです▼かりがねフェスティバルが行われ、大勢の皆さんのが集まつてくれました。どのコーナーでも笑顔がありました。フィナーレの「お楽しみバンド」の演奏では「WAになっておどろう」の曲に合わせて会場の皆さんと一緒に笑顔になつて踊りました。そこにも笑顔がたくさんありました▼今年は猛暑での体調不良や大切な人の別れなど辛いことがたくさんありました。こういう時こそ笑顔が必要です。笑っていると元気になってしまいます。笑顔は周りの人々の心にも伝わり笑顔の連鎖が起こります。お互いの心が開いて、人とのつながりの輪(和)をつくりだしていきます。(あ)

この町、どの町
どこへ行こう?

O·DE·KA·KE 探検隊!

第7回

利用者さんが日ごろお出かけしているところ、大好きな場所を紹介するページです。
さあ、今回はどんなところにいったのでしょうか?



荒井区 あらいく



発見いっぱいのお散歩



このページは希咲館
の仲間達でつくりあ
げてくれました。
ご協力ありがとうございます。

O·DE·KA·KE 探検隊! の“感想言い隊♪”

荒井区へお散歩に行ってきたよ~✿

希咲館の周りには、いろんなお店があつたり、たくさんの花が咲いていて、ワタゲもたくさん飛ばしたよ♪

神社や公園は、休憩するにはとってもいい所。途中、立ちよつたお店には、お昼寝中だった犬が起きてきて、私たちをお迎えしてくれたよ。

まだまだ、知らないことや見ていないものがたくさん♪ ひとつずつ学んでいきたいな。

希望が咲く館『希咲館』。これからもあたたかく見守ってくださいね。

希咲館メンバー一同より

平成22年度 かりがねフェスティバル

10月23日(土)、今年もかりがねフェスティバルが開催されました。お天気にも恵まれ、たくさんの方にお出かけ頂き、笑顔あふれる楽しいフェスティバルになりました。みんな素敵なお1日を過ごすことができました。



阿部良雄さんから陶板の寄贈

- 陶芸作家の阿部良雄さん(上田市真田町角間自治会在住)より「学校帰り」の大きな陶板を寄贈していただきました。阿部さんは、法人設立当時からのかりがね福祉会の良き理解者で、自宅に隣接して築かれた「不二見窯(ふじみがま)」で陶房をいとなまれています。

磁器に描かれている子どもたちは明るくおおらかで、そしてとても優しい表情をたたえ、観る人の心を和ませてくれます。この作品は新しくなるライフステージかりがねに飾らせていただき、多くの方々にご覧いただこうと考えています。



旅行記

ライフステージカリガネ

Date 2010.9

ライフステージカリガネ9月の個別旅行は、新潟の弥彦へ行ってきました。

弥彦は温泉や神社などパワースポットで有名な所だそうです。皆さんもパワーを弥彦から頂いたのか、弥彦観光をとても楽しめていた様子でした。

弥彦山の頂上にはロープウェイを使い、景色を見ながら歩いて登ります。「疲れちゃったな」「まだかな」と少し苦戦しましたが、頑張って歩いたかいもあり頂上からの景色は最高です。海の向こうには佐渡島が見えましたね。とても天気が良い時に見られるそうです。今回の旅行には先日亡くなった大久保多喜子さんも同行されました。多喜子さんが嬉しい時に使う「パーパー」が沢山聞けた旅行になり、他の利用者さんもとても嬉しそうでした。



ケアホーくそらいろ、あんずの旅行

グループごとに、8月 新潟のなおえつ海水浴場、9月 山梨の甲府どちらも日帰り旅行で行ってきました。見てください!楽しそうでしょう!



ケアホーく・グループホーくきらら&ジョイの名古屋への旅行

一泊二日で、名古屋方面に旅行に行ってきました。

当日は暑すぎるくらいに天気もよく、楽しい旅行になりました。一日目は動物園やスカイタワーという名古屋を一望できる展望台にのぼり、二日目は竹島やプラネットarium鑑賞をしました。旅館の食事もおいしく、また景色もよく、大☆大☆大満足の旅行になりました。



運営会員

会員の皆様、ご協力ありがとうございます。

※敬称略させていただきます

寄贈物品

阿部良雄、赤平年三、宮崎、米持宏、矢島建二、関治男、小池美治、相澤喜世子、上原幸一、杉原弘、金澤秀明、(有)加藤製作所、宮下易吉、大久保一人、大久保傑、前島勲、成沢勝、西沢勝典、山口けさみ、田村美津、中村由美子、佐藤政弘、立正校正会上田教会、(株)岡谷組、林編み物教室、野菜、金沢秀明、荻原美知男、渡邊務、菊池夕キ子、東信ガス

以上 品物多数のため割愛させて頂きます。

寄付金

松澤和美 赤平年三 工藤量男 西沢勝典 中沢和智
清水洋子 清水まゆみ 日向よ里子 田村美津
田村ひとみ 町田健一 佐藤琢磨 小林彰 土屋貞子
草野澄隆 丸山光康 手塚一敏 花岡睦人 (株)石原産業
石川明子 和泉たい子 山口昭助 遠藤良和 高見房子
小林英司 米持宏 浅倉俊樹・孝子 清水三咲 大島政雄
小林由子 長谷川恭子 瀬尾恭子
瑞陵高校32R第6回クラス会

合計 5,761,275円

2010年度 運営会員ご入会者

(平成22年8月1日～平成22年10月31日)

■長野県 (有)加藤製作所、成沢洋一 増田佐喜男
沼澤昭太郎・八重子・圭子 成沢勝 宮入久与 金澤秀明
中沢久美恵 山崎喜代 向井康昌 高山静子 小池美治
清藤芳男 白井八代枝 前島勲 仲沢澄枝 米持宏佐
藤光生 大島藤之助 松澤静司 鈴木忠志 上原幸一
春原道昭 小林崇章 大久保一海 杉原弘 甲田みどり
(神津澄夫) 小井土昌 尾崎昂吉 赤平年三 高橋弘幸
工藤量男 佐藤政弘 柳沢正敏 花岡尚 北村志津子
宮下易吉 大久保傑 北澤礼子 塩沢満孝 相澤喜世子
恩田浩子 小田中保宣 杉浦勲 高橋邦廣 石井栄
中村勝夫 杉原はつ子 塚田弘人 大谷正 久田節子
土屋清二 大塚利勝 小菅暁 西沢勝典 中村勝
田村美津 徳増征二 内堀進 瀬尾忠夫 松浦千鶴子
尾澤友茂 花岡幸江 宮嶋正範 宮澤智子 逸見信一
滝澤健一 小林俊秋 坂口哲雄 小林彰 (株)矢島工務店
矢島建二・正裕・綾子 金井洋 宮原千加江 柳澤信司
芝田菊江 藤林はつ子 飯島英一 伴野今子 堤弥子
中沢正子 (株)若月産業 古瀬誠 伊波敏男 小林洋一
小林紀征 中原勝年 小山美智子 奥山博利 中沢和智
江口利秋 斎藤るり子 (株)ホリウチ 渋沢電設(株)
竹田民子 山越重信 高山諭・大輔 沖麻子 武重朋子
箱山邦雄 小林美恵子 竹内波美男 長野県手をつなぐ育成会事務局苅間靖・宮本ミ工子 富所順子 塚田徹

中島房美 金井さち子 桜井三子 相沢正久 草野澄隆
三井茂睦 三井和哉 三井秀夫 小林勝代 小林良忠
小林利夫 小林忠胤 三井文彦 三井賢司 三井忠紀
三井健 三井忠二 藤沢庸助 三井良一 小林本佳
藤沢和子 藤沢喜丈 三井常義 三井和夫 関等 関雅彦
藤沢英雄 藤沢和久 藤沢久雄 三井和将 三井愛子
蛭間康雄 清道文子 倉島ぬひ子 宮原鶴美 金井厚
小林良次 唐澤かおり 若林伸英 (エロイカ) 手塚幸子
山越憲一 (木島デンキ) 佐藤正幸 (神科薬局) 岡田久枝
征矢みづ江 石谷星子 豊永せつ子 今井幸子 小林早苗
堀之内法子 西沢美知子 柳澤文溥 滝沢吉基 唐澤徳雄
永井瑞江 久保田哲 佐野健一 丸山光康 宮澤佳子
福西邦久 (有)長崎商店 大野幸子 岡崎いづみ
松葉自動車交通(株) 堀内静枝 佐藤貞寿 竜昌院
木次俊雄 清水敦子 今水勝巳 中山雪恵 遠藤良和
宮澤君代 (有)大栄工業 宮坂久子 長沢征史 関由紀子
倉島康則 西澤三枝子 若林喜久雄 林昇一・美代子
小林由子 荒井幸枝 小林忠正・典子 飯島雅子
一ノ瀬育恵 西澤君生 長谷川恭子 土屋貞子 竹井達郎
法人職員2名 ■北海道 岩見太一 ■青森県 上條勝芳
■東京都 沼田小織 高橋富美枝 遠藤供子 佐伯正則
小野寺富子 友松浩志 南木雅子 島崎幸雄 隠田浩
山本睦子 本田栄一 漆原正 堀洋子 大浦かず子
■神奈川県 土方栄理 佐藤政彦 永井好子 栗原弘子
下條安雄 伊藤順子 ■千葉県 森本由起子
■埼玉県 牧内操 安達源治 平野淑子 沖利三男
中村勇 有木謹蔵 武川良雄 遠藤和枝 庄子幸子
■群馬県 白井喜信 佐藤祐三郎 村瀬希久雄
■愛知県 福寿一雄 ■岐阜県 小椋敬一 ■新潟県
勝山正 ■滋賀県 太田耕一郎 ■大阪府 和泉良太郎
■京都府 宮木つや子 藤内淑子 坂谷利吉
石川明子 ■山口県 綿原輝則 ■熊本県 山下久恵

運営会費

(平成22年4月1日～平成22年10月31日)

	会員数(名)	会費(円)
長野県	324	1,377,500
北海道	1	1,000
東北地方		
関東地方	31	321,000
中部地方	1	5,000
北陸地方	2	6,000
近畿地方	7	50,000
中国地方	1	3,000
四国地方		
九州地方	1	10,000
合計	368	1,773,500

役員改選

■理事

退任役員 柳沢波津子、花岡静枝

新任役員 田玉利貞、小林典子

■監事

退任役員 若林和雄

新任役員 中村彰

■評議員

退任役員 前島勲、中沢俊子、中村彰、滝澤徹雄、小林憲一郎、阿部きよ子、沼沢成一

新任役員 大井知里、尾澤友茂、小林ゆかり、市村良夫、橋詰正、若林博一、荒木克子、青木千浪、遠藤良和

退任された役員の皆様、本当にありがとうございました。

ずっとあなたたちのこと忘れません

この9月から10月にかけて、私たちは大切な仲間3名と悲しいお別れをしなければなりませんでした。3名の故人に、心からご冥福をお祈り致します。



瀬尾 ひろみさん

風の工房に通所しながら、ボールペン画という独自の手法で次から次へと摩訶不思議な世界を描き続けてきました。ボールペン画はとても高い評価をいただき、全国いろいろな場所で展示されていました。お亡くなりなった日は、ご自宅でお母様と一緒にテレビを見て過ごされ、お母様がその場を離れしばらくして部屋に戻られたときは床に伏されていたそうです。享年51歳でした。



細谷 良一さん

他の法人のケアホームからアトリエFUUに通所されていました。以前から油絵をされており、駒ヶ根市の施設に入所されているときには県展にも入選し、個展も開催しました。アトリエFUUでは、油絵のほかアクリル画、パステル画にも挑戦され、野菜づくりやキノコづくりにも励んでいました。最長老としていつも穏やかな笑顔を絶やさない方でした。享年78歳でした。



大久保 多喜子さん

ライフステージかりがねの開所当時から利用されていた方で、お相撲さんの大好きな利用者さんでした。たぶんライフステージかりがねに訪れた方々のほとんどが「ああ、あの人は」と言っていたらしく、有名人で、事務所にいつも来ていました。言葉は「ばっばっ」、「あうん」となどと限られていましたが、表情が豊かで笑顔がたまらなく素敵なお方でした。享年57歳でした。

私たちは、ずっとあなたたちのことは忘れません。

いつまでも私たちの仲間だと思っています。

**エーブルアート・カンパニー登録**

作家としても活躍されている春原喜美江さんは、工房で絵を描きはじめ10年余になります。普段は朗らかで気さくな方です。ですが、絵を描くときは線一本一本にこだわり、構図が気に入らなければ下書きを全て消して書き直すという真剣な姿勢で望まれています。

AIA gallery第4回企画展『春原喜美江』展の会場で額に入った作品の数々は、迫力が増し更に凛となり飾られました。期間中はたくさんの方々が見て下さり、鮮やかな色使いや構図の大膽さで、若い人からもたくさんの支持を得ていました。また、初日には応援して下さっているたくさんの方々が集まり、ご本人を囲んで和やかなオープニングパーティーも行われました。

齢70を迎え、体調が不安定な日もありますが春原さんの創作する姿勢はますます勢いがのり、描き上げた後の笑顔はとても晴れやかです。

春原喜美江さんと『春原喜美江』展のご報告

2010年9月4日
～10月17日

**AIA gallery第4回企画展
『春原喜美江』展が東京にて開催されました。**

春原さんの描く人物は、みんなはつきりくっきりしている。ユーモラスに、時に不気味に語りかけてきて、ずっとみていると何故かウキウキしてくる。人間が人間を描くことの大切な秘密が隠されているからだろう。中津川 浩章(美術家)エーブル・アート・ジャパン内AIA galleryにて

*AIA galleryは、障害のある作家の作品を専門に扱う日本初のコマーシャルギャラリーです。

これからも月日は流れていきます。今はクリスマスのプレゼントにはしゃぐ息子達が大人になる頃、私はどんな生き様を築きあげているのでしょうか…。「老けたね。」ではなく「皮剥けて成長したね。」と言われ続けることのできる毎日をコツコツ歩んでいかなければ…。と思う今年末。お別れした3名の仲間達のように。(帽屋)

月日の流れの中で避けられない事の1つに、永遠のお別れがあります。今年、我福祉会の中でも3名の仲間とのお別れがありました。なるほど月日は流れるのですね…。

月日の流れの中で見えていた事の1つに、永遠のお別れがあります。今年、我福祉会の中でも3名の仲間とのお別れがありました。皆さん人生の先輩ゆえ、会話の中で、接した時間の中で、ご活躍を拝見する中で、素晴らしい生き様を示して下さいました。

編
集
後
記

社会福祉法人かりがね福祉会本部

〒386-2201 長野県上田市真田町長6430-1 ライフステージかりがね内 TEL.0268-72-3431 FAX.0268-72-4406
有線 2261 URL <http://www.karigane.or.jp/>

会員・読者の皆様からのご意見・ご感想お待ちしています。「機関誌編集委員会」までお寄せ下さい。