

すくも便り

No. 174



利用者(障害者)との信頼関係を築き
よりよい奉仕(サービス)を提供し
て地域で協力し合い、共に生きます。

雑感

地域に出て感じる事

生活訓練施設すくも寮〇B
栗本 恭宏

去年の9月にすくも寮を退寮して、5ヶ月が過ぎました。一人暮らしをしてからは行動力がでてきたと思います。今は楽しいときもあるし、少し体力的にきついときもあります。体力的にきついと感じるときは寝不足のとき、夜遅くまで本を読んでいるときです。すくもでは相部屋だったため寝る時間など気をつけていました。でも、今は自由に時間を使うことができます。ただ、それがルーズになりやすいと感じることもあり、寝不足になると、きつく感じます。

でも、私は一人の空間は気がおちつきます。最近では、朝7時半に起床し、コーヒー飲みます。ことじへ行くまでに頭をすっきりさせたいためです。実は、私、自炊もがんばっています。料理は作りおきをしてカレーやキムチ鍋を食べています。ヘルパーさんもよくしてくれ、昆布だしで煮物など体によい食べ物を教えてもらっています。

お金はたくさんためることはできないけれども、何とかやりくりできています。ただ最近、1月に入り、地デジ対策でケーブルテレビに加入しました。1,500円くらい余分にお金がかかっています。あとから余分にお金がかかると、正直きついです。

地デジは映りがきれいです。私はテレビを見るのは好きで、野球や大河ドラマをよく見えています。野球は巨人以外の球団が好きです。今はシーズンオフで斉藤選手フィーバーです。勝負にこだわってプレイすることがプロ選手の宿命だと思うので、ぜひ斉藤選手にはがんばってもらい、巨人をやっつけてほしいと思います。大河ドラマ“江”では、人間50年と殿様が言っていました。けれども、今は100年に満たない命の中で、寿命が延びています。科学者の受け入りだけでも、「死ぬまでの道のりはこれから長い。自分を高める余地がある。」と思ったので、自然にかなった生き方をしていきたいと思います。



●スポーツ 2/8(火)



メンバーの声

★今回の卓球は前より楽しかったです。あっという間に終わりました／★ボールをよく入り、カウントが上がってよかったです。

●合同自炊訓練 2/9(水)



メンバーの声

★カレーの中にトマトやソースも入り、とてもおいしかったです／★サラダもカレーもおいしかったです。私は皿洗いが大変でした。

●ソーシャルクラブ上板 2/10(木)



メンバーの声

★調理をして混ぜご飯と汁をいただきました。おいしかったです。／★炊き込みご飯や野菜のおつゆを作り、とてもおいしかった。

●生活セミナー 2/15(火)



メンバーの声

★『ねずみのすもう』の絵本を読みました／★イチローの記録を読み、その偉大さを痛感しました。これからは記録をどんどん伸ばしてほしいです。

●自治会レク 2/17(木)



メンバーの声

★生まれて初めてジヨイフルに行きました。デザートがおいしくよかったです／★ロースカツカレーは大変おいしかったです。カレーのルーとカツが熱くて困りました

●映画鑑賞 2/23(水)



メンバーの声

★漫画映画を時間を忘れてみた／★今度は時代劇をみてみたいです／★のびたの悩みにこたえるドラえもののポケットには夢があり、見ていて楽しかったです。

3月 目標 ～手洗いをしよう～

- 1日(火) スポーツ
- 4日(金) パソコン講習
- 7日(月) 自治会
- 8日(火) スポーツ
- 9日(水) 合同自炊訓練
- 10日(木) ソーシャルクラブ上板
- 11日(金) パソコン講習
- 14日(月) 自治会
- 15日(火) 生活セミナー
- 17日(木) 自治会レク
- 18日(金) パソコン講習
- 22日(火) 自治会・スポーツ
- 23日(水) 映画鑑賞
- 24日(木) ソーシャルクラブ上板
- 25日(金) パソコン講習
- 28日(月) 自治会
- 29日(火) スポーツ
- 31日(木) 健康チェック



編集後記



3月3日はひなまつりですね。

ひなまつりといえば、「お内裏様」と「お雛様」、二人並んで澄まし顔～♪という有名な歌詞がありますが、京都と関東ではお内裏様(男雛)とお雛様(女雛)の並ぶ位置が違うって知っていましたか？

京都では向かって右側が男雛、左側が女雛で、関東ではその逆だそうです。なぜ、そんな違いがあるのかというと、御所の紫宸殿は南向きに建てられ、天皇から見て日の昇る方角(左の方)が位が高いとされたので、天皇が立つ左側、向かって右側に男雛を飾るようになったようです。

しかし、大正天皇から西洋風に並び方を逆にされたことで、関東では反対の位置が定着したようです。

