

むすびが うしん

2012年

5月



第88号 2012年5月発行

発行/NPOむすび

練馬区光が丘3-9-3-206

Tel/03-6904-3275 Fax/03-6904-3276

musubiclub@yahoo.co.jp

むすび歌声喫茶 歌えバンバン 今回は美空ひばり特集です
5/23(水)15:00~16:00 参加費 200円 おいしい皆川さんのケーキ付

**むすび倶楽部
案内**

Hikarigaoka Party2 20代~40代の独身限定。
5/12(土)13:00~16:00 参加費 1,000円 集まってワイワイガヤガヤ楽しむ会です。
準備の都合上、必ず前日までにお申し込みください

むすび倶楽部一周年記念コンサート ご近所の方、一度のぞきに来てください
6/2(土) 14:00~16:00 参加費無料
アマン・ド・ショコラ フрутとベルのアンサンブル
&魅惑のフラダンス
七つの子、見上げてごらん夜の星を、他



ただいま、お帰りのある生活 光が丘シェアハウス
6/9(土)14:00~16:00 丁志映氏 千葉大学助教 参加費 500円
他人が集って住まう住まいの形、シェアハウスについて話していただきます



むすび倶楽部
メールアドレス

ガーデニング講習会 6/13(水) 14:00~16:00 定員 15名
夏に向けて楽しむことができる花を寄せ植えやハンギングバスケットにしています。
参加費 500円 材料費実費 2000円~3000円程度 6/1までにお申し込みください
講師：北東京生活クラブガーデニングチームしゃべる

むすび展 6/14(木) 13:00~17:00 6/15(金) 10:00~16:00
作品募集：あなたの趣味作品の発表の場です。出品料無料。
作品搬入 6/11(月)10時から6/14、10時まで
来場のお誘い：コーヒーを用意してお待ちしています。ぜひ、お立ち寄りください。



予告 7月開催 好評につき、第3弾を企画。初めての方でも楽しめる内容です。
ワインとチーズソムリエ 堀口 由紀子氏の 大人のワインの楽しみ方講座

お申込み、お問い合わせは NPO むすび 03-6904-3275

3月11日午後2時46分、地震発生から1年経った瞬間には、住民さん達や元ボランティアの仲間達と一緒に外に立ち、目を閉じてけたたましいサイレンの音だけを聴いていました。地震発生の時間に居るようで、逃げ出したくなるような恐怖しか感じませんでした。僕にとってはこの時だけの恐怖でしたが、住民さん達には、これからずっと、「1年前の今頃」を思い出す日々が待っているんじゃないかと思います。

去年の今頃、僕が参加していたパキスタン人のチームは、体育館で自衛隊と共同で炊き出しをしていました。迷彩服の自衛隊員たちは、常に黙々と任務をこなし、決して周りに迷惑をかける頼もしい人たちでした。自衛隊は常に時間を厳守します。炊き出しの準備が完了し、住民さんが行列を作って待っていても、開始時刻ちょうどになるまで決して配食を始められません。任務以外の自由もなく、例えば自分達の作業に人手が過剰気味とわかっていても、他の人の作業を勝手に手伝うこともできません。小さな子どもが隊員に遊んで欲しくて袖を引っ張っても、嬉しそうな顔を見せながらも困惑するばかりです。隊員ひとりひとりの仕事ぶりから、できることを何でもやりたいという熱意と、自分の意思で何か動きたくてもそうはできないというもどかしさのようなものを感じました。



体育館には、全国から色々な芸(歌、演奏、手品など)を携えた人が、毎日入れ替わりやってきて、特技を披露して帰っていきます。そんななかで、一度自衛隊の演奏部隊が来てくれたことがありました。迷彩服のオーケストラの前で、迷彩服の女性隊員がドラえものの歌などを歌うのですが、歌うことがとても上手く、変に暗くない明るい歌を、何の捻りもせず丁寧に歌っていました。いつもお世話してくれる自衛隊さんたちだという安心感もありましたが、自己主張の全くない丁寧な演奏は、かつてなく評判の良いものでした。毎日、お涙頂戴の歌や演奏を聴き、支援物資や手紙の類などあらゆるところに書かれた無数の励ましのメッセージに見慣れてしまうと、そこで日常生活を送り続ける人達にとって、鬱陶しく感じられてしまうこともたまにはあるんじゃないかと思いました。

僕は、避難所本部から貰ってきた支援物資の雑巾を使おうとしたとき、一枚一枚にマジックで「あきらめないで！」などのメッセージがなぐり書きされているのを見て、一ボランティアの立場のくせに「雑巾まで自己主張するか」とウンザリしたことがあります。しかし、丁寧に書き綴られた、たった一枚の励ましの手紙が、住民さんを感激させ、涙を誘うところも目撃しました。その違いはなんなのでしょう

一緒に働く仲間を募集しています むすびでは毎月、むすびの活動の説明会を開催しています。

〈募集〉ホームヘルパー

資格は問いません。フォローアップ研修充実

ディサービス職員

看護師、准看護師

イベント企画他

ボランティア、むすびで地域がつながる活動を具体化したい方

5/25(金) 10:00~12:00 6/28(木) 10:00~12:00

毎月開催しています。暮らしの無料相談

はじめまして！

私たち「行政書士生活相談センター」は、少しでも行政書士のことを地域の皆さまに知っていただいて、皆さまの身近な相談窓口となることを目指して活動している、練馬区内の行政書士の有志の団体です。今まで練馬地区と大泉・石神井地区で定期的に無料相談会を開いてきましたが、今年から「NPOむすび」の場所をお借りして、光が丘地域でも『暮らしの無料相談所』を開催しております。まだ始まったばかりなので、できるだけ多くの方にご利用いただけるように、今回は「むすびつうしん」の誌面で私たちの活動をお伝えしたいと思います。

原則として毎月第二水曜日の13時から16時の間、むすび事務所で担当の行政書士2名がご相談を受けさせていただきます。

『相続の手続きをしなくてはいけないけれど、どうしたらいいかわからない』 『遺言書をつくっておいた方がいいのかしら』 『銀行で認知症の親の定期を解約しようとしたら、成年後見制度を利用するように言われた』 『会社やNPOを立ち上げたいと思っているのだけれど、どういう手続きが必要なのか教えてほしい』 『この契約書は問題ない？』等々、あなたの暮らしの中の「困った・どうしよう」に

行政書士がお答えします。行政書士では対応できないことについては、別の専門家や相談窓口をご紹介しますこともできます。

また、行政書士は業務上知り得た情報については守秘義務がありますので、身近な相談窓口として安心してご利用ください。

行政書士というと少々堅苦しいイメージがあるかもしれませんが、そもそも何をしてくれる人なの？と疑問をお持ちの方も多いかと思います。私たち「行政書士生活相談センター」のメンバーは年齢層も得意分野も様々ですが、みんな地域の皆さまのお役に立ちたいという気持ちで活動していますので、とりあえず何かお困りのことがありましたら、ご相談にいらしてください。

なお、光が丘地域での『暮らしの無料相談所』に関するお問合せは

090-3964-9522（伊関行政書士事務所）までお願いいたします。

文責：酒井行政書士事務所 酒井玲子

6月の予定 6/13（水）13：00～16：00



介護のツボのツボ「清潔ケア by 長尾先生」体験研修

4月21日むすびホールにて開催しました。

長尾先生用意の等身大の人形を使って、全員がモデル人形のすべての部位の清拭を体験する研修でした。長尾先生がポイントを示しながらデモを行い、参加者が教え合いながら、先生にもアドバイスいただき研修を受けました。座学だけではなく、実際にすべての参加者が体験できる研修は、とても有意義でした。



大人のヨガ

毎週水曜日 17:00~18:30

活動費 5000 円/月

会場費 300 円/月

むすびには「親子でヨガ」と「大人のヨガ」の2つのサークルが活動しています。

今回は、大人ヨガのご紹介。

夕方5時からのクラスには、ヨガマットを抱え素敵なお婦人たちが集まってきます。

むすびの会場をヨガ仕様にしつらえ、掃除をしてからヨガの時間が始まります。

ヨガを終えると体の芯からあたたまっています。

一度体験するともう一度と思う、今では大切な私の時間です。



勉強熱心で子育てママの強い味方の先生です

4/27(金)の「親子でヨガ」のあとに、参加者が集まって、昼食会を開きました。

メニューはごぼうと豚肉の炊き込みご飯と大きなお椀いっぱい鮭の粕汁でした。(500円也)

子どもの元気いっぱいの声もいつもにも増して元気に響き渡る楽しい昼食の時間となりました。



体を動かした後のご飯は格別おいしい!

私の身近なおすすめ散歩

長谷部幸子

知っている人も多いと思いますが、四季の香公園温室植物園の近くにバラがとっても美しく咲き誇るところがあるんです。バラの種類も以前より増えたようですよ。ちょっとメルヘンチックな公園で、と旁にはハーブ園もあるんです。さわやかなこの季節、身近なバラ園に行ってみましょう。

5月のお誕生日おめでとうございます

伊藤さん、加藤さん、吉田さん、松沼さん、中井さん、長谷部さん、渡辺さん、堀井さん、堀江さん、増島さん、杉田さん、篠原さん、鹿島さん

賛助会員になっていただきました。ありがとうございます。
めだか様