

「目が見えにくい...慣れた家の中は問題なく動けますから家族もあまり気付きませんが、ほとんど見えていない場合があります。好きだった針仕事・テレビゲーム・ボール...出来ないことが増えます。「目の不自由な方は他の感覚が研ぎ澄まされる」と思う方が居られますが、高齢で視力が落ちた場合、他の感覚が鋭くなることは難しいです。手探りで行動すること・上手に食事をすることなどは難しいです。突然話し掛けられても、自分が話し掛けられているのかすらわかりません。音がどこから出ているのか聞き分けるこ

「耳が聞こえない...家族が目の前にいるのに、音を消したテレビのように口がパクパク動いているだけ、家族の声を知っているのに自分の耳にはその聞きなれた音が無いのです。近くなら何とか聞き取れるけれど、離れると聞こえないのです。家族もつらいです。「大声を出さないと聞こえない...忙しくてそばに行っても耳元で話さなければならぬ...何回も聞き返されるとイライラしてつい声を荒げてしまう。面倒だから話し掛けたくない」。お年寄りには声を荒げられたいから、聞き返さず適当に返事をしなってしまう。結果、失敗をして家族に迷惑をかけ疲れさせてしまう」という悪循環。



「目が見えにくい...慣れた家の中は問題なく動けますから家族もあまり気付きませんが、ほとんど見えていない場合があります。好きだった針仕事・テレビゲーム・ボール...出来ないことが増えます。「目の不自由な方は他の感覚が研ぎ澄まされる」と思う方が居られますが、高齢で視力が落ちた場合、他の感覚が鋭くなることは難しいです。手探りで行動すること・上手に食事をすることなどは難しいです。突然話し掛けられても、自分が話し掛けられているのかすらわかりません。音がどこから出ているのか聞き分けるこ

「耳が聞こえない...家族が目の前にいるのに、音を消したテレビのように口がパクパク動いているだけ、家族の声を知っているのに自分の耳にはその聞きなれた音が無いのです。近くなら何とか聞き取れるけれど、離れると聞こえないのです。家族もつらいです。「大声を出さないと聞こえない...忙しくてそばに行っても耳元で話さなければならぬ...何回も聞き返されるとイライラしてつい声を荒げてしまう。面倒だから話し掛けたくない」。お年寄りには声を荒げられたいから、聞き返さず適当に返事をしなってしまう。結果、失敗をして家族に迷惑をかけ疲れさせてしまう」という悪循環。

「目が見えにくい場合は、聞こえのよいほうの耳元でゆっくり話します。ラップの芯などを筒として使う・ジェスチャーを入れる・メモ帳やホワイトボードに書きながら話す・聞き取りにくそうな言葉は別の言葉に置き換える...」みんなが笑っているとき「は特にさびしく感じるようですから、何が面白いのか話してあげてください。補聴器は専門の店で作りましょう。慣れるまでの忍耐が必要です。

「お世話は大変だけれど、あなたのこと大切だから大丈夫。」と言えたらどんなに良いでしょう。失敗してもどうぞ温かく見守ってあげてください。いずれ私たちも行く道なのですから。24時間365日、介護の日々を送られている方々に心からの敬意を表します。私たちが介護は応援団です。何かありましたら、ご遠慮なくご相談下さい。ひだまり

特定非営利活動法人 ひだまり  
中尾 1-32-12  
Tel: 045-3991-8991  
Fax: 045-3991-8983  
ホームページ http://www.on.ne.jp/hidamari/

**さわやかインフォメーション**  
ASA 三ツ境北部 Vol.115  
〒241-0816 旭区笹野台4-65-12  
TEL: 0120-57-0843 FAX: 391-7357



**「ご注意ください！」**  
最近、配達された新聞が抜かれていますという被害が出ております。配達の手違いもありませんが、明らかにスタッフの配達した記憶がある場合があります。お客様から、何かお気づきの点がございましたら、当販売店までご一報ください。どうぞ宜しくお願いいたします。

**お声をお寄せください**  
お客様へのサービス向上の為、当販売店では、10月より3ヶ月間、下記のタイトルで、ご意見を募集させていただきます。

を募集させていただきたいと思えます。

**私が新聞を読むきっかけになった事**(生まれて初めて新聞を読んだ時)  
を教えてください。原稿用紙1枚程度のご記入をお願いしたいと思います。メールでも結構です。

お便りをお寄せくださった方の中から抽選で50名様に、クオカード500円分を差し上げます。

お便りお待ちしております。ありがとうございます。

**朝日新聞**  
24時間365日、ケータイに届く災害情報。  
大雪・地震の時の情報は

**朝日ライフライン NEWS**  
月額210円(税込)

**店からのお知らせ**  
11月休刊日: 11月12日(月)  
次号発行日: 11月18日(日)

**「しらべ隊」隊長「シラム」**  
古代ロマン(その11)  
【武將と寺社】 - 中世 -  
八幡太郎義家と白根不動

平安時代の武將、源義家(1039~1106)は八幡太郎の愛称で親しまれていますが、旭区と縁の深い武將の一人でもあります。川井八幡社の境内には義家のことを記した石碑もたてられています。また、白根神社にも義家がお守りがわりに愛用した尊像が祭られています。

平安時代末期、陸奥の安倍氏と奥羽の清原氏が起こした反乱は、前九年の役、後三年の役として有名ですが、いずれの乱も義家の活躍によって平定されています。前九年の役に出陣するとき、義家が立ち寄ったのが、現在の白根神社で、たまたまこの地に祭られていた不動明王

この尊像を兜の中に納め戦ったところ大勝利のため、そのお礼に鎌倉権五郎景正に命じてお堂を建てさせたと言われられています。

川井の八幡社は、後三年の役の際、この地を通り、勝利のお礼に建てたといわれています。(つづく)

次回は「武將と寺社 畠山重忠と薬王寺」です  
—あさひ区内散見より—

# プレゼントコーナー

どんどん応募してね!

今月は、読書の秋。書籍多めです。  
 当選のコツは  
 ・第1希望で勝負!(映画は第1で)  
 ・第2、第3希望はオマケと考えて  
 数の多い品にしましょう。



## 先月号の人気プレゼントベスト10

商品名	当選数	応募数	倍率
1 TOHOシネマズパスポート	10	141	14.1
2 『日本遺産 日光』	1	4	4.0
3 『ここに行きたいイネシア』	4	14	3.5
4 観音崎スパッソ	10	34	3.4
5 野球ヘントレス券	10	23	2.3
6 新横浜ラーメン博物館	10	21	2.1
8 横浜マリ&vs鹿島アントラーズ	7	14	2.0
8 『ここに行きたい西安』	3	6	2.0
9 フェルメール展	40	78	1.95
10 ズーラシア	50	77	1.5

第一希望のみを集計(応募総数556件)



「ご招待応募申込ハガキ(2枚分)」ご希望の方へ  
 申込専用ハガキをご希望の方は、「イ・ロ・ハ希望」とご記入の上、さわイン宛へお申し込み下さい。プレゼント希望と併記で構いません。昼・夜希望があればご記入下さい。在庫不足の場合は抽選となりますのでご了承下さい。

**イ・歌舞伎座**  
 十二月公演  
 『十一月大歌舞伎』(仮)  
 出演:勘三郎、玉三郎他

**ロ・新橋演舞場**  
 『冬のひまわり』  
 出演:藤山直美、西郷輝彦他

**ハ・日生劇場**  
 『チャンケムの誓い』  
 出演:菊川怜、波乃久里子他

プレゼントは  
終了しています

商品名	内容	当選数
映画 1 TOHOシネマズパスポートチケット	招待券 11月中有効。ららぽーと横浜、海老名、川崎等のTOHOシネマズで1名様1作品に限り有効の券です。	2枚1組 10組
2 強羅公園	招待券 12月30日まで。(箱根)強羅駅徒歩5分 ローズガーデン熱帯植物・ハーブ館、クラフトハウス、茶室も	2枚1組 15組
3 ズーラシア	招待券 11月30日まで。三ツ境駅よりバス有 日曜はボニーの乗馬体験も。1枚で2名入園可	1枚1組 25組
4 横浜人形の家	招待券 12月31日まで。元町・中華街駅徒歩2分 人間国宝 平田郷陽~子どもの情景~特別展	2枚1組 10組
5 江ノ島遊覧セット	招待券 12月28日まで。片瀬江ノ島駅徒歩20分 平日のみ 江ノ島スカイ、サムイル、コキウガ苑、展望灯台利用券。	2枚1組 10組
6 日本科学未来館	招待券 H20.1月28日まで。テレコムセンター駅徒歩4分 「地下展」空想と科学がもたらす闇の冒険	2枚1組 15組
7 帆船日本丸&横浜マリタイムミュージアム	招待券 12月28日まで。みなとみらい駅徒歩5分 企画展「セーラー服と縞のシャツ」11月25日まで開催	2枚1組 20組
8 ボウリングお楽しみ券	招待券 12月31日まで。厚木・桜ヶ丘・藤沢他 1人2ゲーム以上で1ゲーム無料券 1枚で2名様有効	2枚1組 45組
9 ムンク展	招待券 H20.1月6日まで。国立西洋美術館(上野駅徒歩1分) 「装飾画家」としての軌跡をたどる108点	2枚1組 15組
10 大徳川展	招待券 12月2日まで。東京国立博物館(上野駅徒歩10分) 門外不出の貴重な宝物300余点が一堂に集結。	2枚1組 15組
11 児玉希望展	招待券 12月9日まで。泉屋博古館分館(六本木一丁目駅) -日本画と写生の世界-油絵や水彩の写生画も	2枚1組 15組
サッカー 12 横浜F・マリノス VS アルビレックス新潟	招待券 11月24日(土)2:00PMキックオフ 日産スタジアム Jリーグ デジタルジョン1[第33節] 自由席(注1)	2枚1組 7組
13 『横濱 Vol.18』	神奈川新聞社と横浜市との協働編集誌。A4判96頁 「横浜の街道今昔」他	50名様
14 『ここに行きたいパリ』	週刊朝日百科「世界100都市」2001年12月2日号 A4判オールカラー32頁。「愛も孤独も似合う街」(注2)	4名様
15 『ここに行きたいバンコク』	週刊朝日百科「世界100都市」2001年12月9日 A4判オールカラー32頁。付録「世界の市場」(注2)	4名様
16 『日本遺産 伊勢神宮』	朝日ビジュアルシリーズ 2002年11月3日号。A4判オールカラー35頁 「神と自然が共にある空間」他。(注2)	1名様
17 『日本遺産 屋久島』	朝日ビジュアルシリーズ 2002年11月10日号。A4判オールカラー35頁 「私の原風景」宮崎駿他。(注2)	1名様
グッズ 18 花日記ポストカードセット	神奈川新聞提供。「片桐美子の花日記」画 素敵な花のイラスト入り絵葉書5枚セットです。	50名様
19 記念日新聞	ご希望の日付の新聞をA3版にパウチしてお届けします。明治21年7月10日~本年9月までの日付を指定してネ	10名様
20 さわインちゃんクリアファイル	おなじみさわインちゃんのA4版クリアファイル1枚	100名様

注1) 満員の際はご入場できない場合がありますので、あらかじめご了承下さい。1名様分でない場合は、明記してください。奇数枚で残る場合もあります。  
 注2) 経年の傷みをご確認ください。

13軒の方からお便りをいただきました。全部ご紹介できなくてすいません。

**毎日をお持ち良く**

洗面所に一輪の花を欠かさないようにするこ  
とです。  
大体一週  
間で枯れ  
てしまう  
のですが、知らない花に出会  
うと新鮮な気持ちになれます。



私のこだわりは石けんです。  
無添加石けん素地百パーセン  
ト以外は使いません。でも、  
たまには、違う香りの石けん  
を使いたいの、手作り石け  
んに挑戦中です。石けん素地  
に、自分の好きなアロマオイ  
ルなどを入れて作ります。安  
心かつお肌も潤っ  
てグッドですよ。

(金谷のSさん)  
約束の時間は5  
分前かびつたり時  
間と決めています。  
待ち時間が長いのも嫌。絶対おくれ  
ないを信条にして  
います。相手に  
そう伝えておきま  
す。

**特集  
私のこだわり**

枕元にあるきれ  
いな写真や絵のあ  
る本です。寝る前にわずかな  
時間ですが眺めてねればすく  
に眠りにつきます。

(2件今宿のOさん)  
私のこだわりは「早寝早起  
き」です。一日がスムーズに  
回転します。(今宿のTさん)  
物に対するこだわりはあり  
ませんが、毎日気分良く過ご  
すためのこだわりがあります。

「いつもここ  
にこ」です。  
それが家庭円  
満、健康のた  
めにもベスト  
だと思えます。



(中沢のKさん)  
「いつもここにこ」..  
かなが難しいけど、大切なこ  
とですね。



子ども達に毎日お弁当を作っ  
ています。たとえ  
冷凍食品をチキン!  
と使ってしまった  
も、卵焼きだけは  
丁寧なこだわり  
作ります。

**お持ちの持ち方**

こだわりの反対で、ものこ  
とに固執しないこと(身も心  
も)着飾らないこと。が私の  
こだわりかな...。(多少ム  
リして書きました。)

(東希望が丘のMさん)  
「向上心」をモットーに  
「生涯学習」の精神を忘れず  
に生きて行きたい。年齢と  
もに柔軟性が失われていきつ  
つあるのを実感するこのころ  
ですが、ちょっと立ち止まっ  
て、「これでよかったかな」と  
考え、「人間」とは？を追求  
していきたい。

(中沢のSさん)  
こだわりを持たずに、大ら  
かに生きる事がこだわりです。  
(笹野台のTさん)  
そうですね。「こだわり」  
という悪い意味にもとられ  
てしましますが、他人に迷惑  
をかけない上での、ささやか  
な幸せのスパイスにしてみ  
てはいかがでしょうか?

**あげます・くださーコーナー**

前号「UFOキャッチャーの  
ぬいぐるみ」は残念ながら希望  
者がいらっしやいませでした。  
今月は

**くださー**

カメラ用の大型三脚  
かなり大きめの一眼レフを装  
着できる大型三脚を譲って下さ  
い。平日午後で。現品と御相談  
により、有償可です。

(今宿のAさん)

**応募方法**

プレゼント応募と一緒に結構  
です。受付期間もプレゼント心

**今年も全国大会へ!**

今年も中沢小学校合唱団が全国大  
会に出場します。舞台はNHKホー  
ル。夏休みもお盆休みしがなく、ひ  
たすら練習してきました。10月7日  
日本一をめざします。応援して下さ  
い。(中沢のKさん)



Kさんのお子さんもお出場されたの  
でしょうか?教育テレビで生放送  
を見ました。どの学校も素晴らしい  
いハーモニーで  
甲乙つけがたかつ  
たですね。そ  
んな中で見事、  
銅賞を受賞。の  
びやかな歌声が  
ひいき目ではなく、心地良く素晴  
らしかったです。又来年に向けて、  
がんばって下さいね。

**自転車**

先週末(9月中旬)四国の今治か  
ら広島県尾道までのしまなみ海道を  
自転車でも旅をしました。80キ  
ロの行程を完走できました。

テレビ朝日系の  
人気番組が  
60分のDVDに!

行った気になる。出かけたくなる。  
DVD 60分+ 22ページ

**世界の車窓から  
DVDブック** [全30冊]  
テレビ朝日制作  
ナレーション 石丸謙二郎

11月20日(火)創刊  
※輸送事情により一部地域の発売日が異なります。  
毎月5日、20日発売  
(創刊号特別価格) 980円(税込)  
(2号以降 価格) 1,470円(税込)  
A4判変型豪華パッケージ入り  
DVD1枚(約60分)  
冊子(オールカラー22ページ)

お求めはASA(朝日新聞サービスセンター)でどうぞ。  
出版案内ホームページ <http://opendoors.asahi.com/> 朝日新聞社

**みんなのこえ**

先日、春の木神社のお祭りがあり  
ました。その奉納演芸会で見事な和  
太鼓のチームが出演していました。  
とても上手でしたし、雰囲気盛り  
上がっていました。すごく練習して  
いるんでしょうね。暑い暑いと言  
いながらもきちんと秋がやって来  
てなんかほっとしています。夏の  
間はどうやって生きていたのか分  
からないほどでしたが、これから  
気を入れて勤けそうです。四季を  
与えてくださった神様に感謝です。  
(東希望が丘のWさん)  
秋の例大祭が真つ盛りですね。  
昨日(9月16日)などは、日吉神  
社の子供神輿で大変賑わっていま  
した。担ぎ手、交通事情等での辺  
り、大神輿はむりなのでしょうね。  
(中尾のSさん)

**秋のお祭り**

すごいですねRさん!

**心の目につくから**

今年も運動会の季節がやってきま  
した。我が家は今  
年もビデオカメラ  
の列には加わらず、  
心の目で勝負!  
です。でも、かなり  
の少数派...  
子どもには「なん  
でビデオ撮ってく  
れないの?」と言われ、周囲には  
「ビデオ楽しいよ!」と言われ、  
悩み中です。  
(笹野台のOさん)



今月は、講師の先生がいらっしやっ  
て指導して下さいます。日にち  
が迫っていますので、お早めに!

**リボンレイの  
ストラップ**

飾りにするのはウッドビーズで  
手書きの花が描  
いてあります。  
リボンで組み紐  
のように編んで  
いきますが、  
定期的にXマス  
カラーも用意してあります。リボ  
ンの色も2色使いなので選ぶ事  
ができます。



日時: 10月24日(水)

【午前の部】 10時~12時

【午後の部】 13時~15時

定員は、午前、午後とも5名  
で先着順とさせていただきます。

体験費 1500円

講師 梶山美代子先生

体験会も巡りましたので  
毎回参加して下さいませ結構です。

**これから予定の講座**

【11月】布で作る小物入れ

**♪ありりんの作ってみよう可愛い小物♪**

場所: 旭区金が谷 2-10-10  
**アトリエ亜理**  
(2階になります。白いらせん階段を上がって下さい。)  
問い合わせ・お申し込み:  
**090-1255-2391**  
**有田ありりん**

【12月】クリスマスに作る  
ちらし寿司(12月5日)  
などです。お楽しみに!  
【お知らせ】  
ありりん先生はじめ教室のイ  
ンストラクター6名が出品され  
ます。  
第1回神奈川県ポッセライツ  
インストラクター合同作品展  
11月23日(金)~25日(日)  
横浜新都市ビル(そごう)  
9階センタープラザ  
です。是非お立ち寄りください!

