

「通いの場」通信

第37号-①

「通いの場」とは、コミュニティールーム「はなみずき」とNPO法人ビレジサポートが運営するコミュニティースペース「IVY-LABO」が一体となり、健康的で充実した暮らしを提案し、地域での交流の中でその実現を目指す取り組みです。高齢者も大歓迎の世代交流の場として、心身に潤いを与える、様々な企画を開催して参ります。

コミュニティールーム
はなみずき



コミュニティースペース
IVY-LABO

今号はイベント満載ですので、4ページでお届けします。食欲の秋、スポーツの秋、ほろ酔いの秋、想いにふける秋、あなたの秋をお楽しみ下さい。

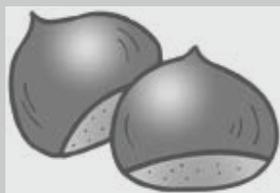
無料 AFI Best100 映画鑑賞会
十二人の怒れる男

10月26日(土)14:00～
会場：はなみずき



栗の季節に、
栗餅を作ろう！

和菓子教室



11月2日(土) 14:00～

会場：はなみずき 参加費：700円
講師：白鳥優子氏
定員：12名(応募多数の場合抽選)

<参加申込方法> 締切り：10月30日(水)
「参加申込書」(裏面)をはなみずきに提出して下さい (FAX: 04-7149-8734も可)。

幻の純米酒を一口、日本の文化を紐解く
第2回「利き酒の会」

11月8日(金) 17:00～20:00

会場：はなみずき 協賛：マサヤ酒店
定員：30名(応募者多数の場合は抽選)
参加費：1,500円

<参加申込方法> 締切り：11月2日(土)
「参加申込書」(裏面)をはなみずきに提出して下さい (FAX: 04-7149-8734も可)。

奄美料理「鶏飯(けいはん)」に挑戦！
本格的な「鶏ガラスープ」作りから
うぐいすきなこで上品「わらびもち」も

第8回 はなみずき & IVY-LABO <共催>

男の料理教室

11月27日(水)

10:00～12:00

会場：田中近隣センター
講師：金子南代氏(野菜ソムリエ)
参加費：1,200円
定員：20名(応募者多数の場合は抽選)

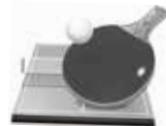
女性の応援参加も歓迎(但し男性優先でお願いします)



<参加申込方法> 締切り11月20日(水)
「参加申込書」(裏面)をIVY-LABOに提出して下さい (FAX: 04-7106-5117も可)。

ピンポンサークル

毎月2回、IVY-LABOで開催中！
11月3日(日) 10:00～12:00
11月21日(木) 10:00～12:00 飛び入り歓迎！！



ゲームコーナー …事前申込不要

毎月第3土曜日、IVY-LABOで開催中！
11月16日(土) 13:00～16:00
将棋、囲碁、ウノ、オセロ、トランプなど備付け

「ほんいでん」健康体操

毎月第2、第4月曜日、IVY-LABOで開催
11月は11日、25日 9:30～11:00

ロコモ予防体操

毎月2回/水曜日 柏ビレジ近隣センター
11月は6日、20日 10:00～12:00

第9回 ワイン試飲会

9月21日(土) はなみずき

今までの各自持参のワイン試飲会とは違い、会場にいろいろなワインがセッティングされていたので、とても参加しやすかったです。いつもながらの、美味しい手作り料理に感心、感動で、ワインもさることながら、お料理に目移りがしてしまいました。新しい試みが効を奏したのか、50数人の参加者で会場が埋め尽くされ、とても賑やかでした。マンズワインの竹村さんの、ワインのお話から始まり、辰巳琢郎(俳優)さんのプロデュース[今様(いまよう)]のワインで乾杯、美酒とご馳走とお喋りに堪能した楽しいひと時でした。有り難うございました。次回を楽しみにしています。 K.K

(はなみずきHP「ボランティアのひとりごと」より)



第13回 「歌声喫茶」

9月28日(土) はなみずき



今回の参加者は45名と賑やかな集いとなりました。新居先生のご都合で素敵なピアノはお休み、いつもとは違いMC担当の鳴浜さんがPCとスクリーンを駆使して進行をリード、伴奏は大島さんのギターでいつも以上に盛りあげられました。

スタートは秋の歌、スクリーンで綺麗な映像を見ながら歌うのも(カラオケの雰囲気?)中々良いものですね。後半はリクエストも含めて、昔懐かしフォークジャンボリーのように、響き渡るギターの伴奏で大声で歌い結びました。最後は「この広い野原いっぱい」で締め、「この美しい街に、歌がいっぱい」となりますように。次回も又、多くの皆さまの参加をお待ちしています!

○で囲む

- 1、「和菓子教室」参加申込書 (締切り: 10月30日)
- 2、第2回「利き酒の会」参加申込書 (締切り: 11月2日)

氏名:		申込日: /
住所:		
	(第 支部、 街区 番)	
電話:		
メールアドレス:		@

この「申込書」をはなみずきに提出下さい。FAX (04-7149-8734) もご利用いただけます。

第8回「男の料理教室」参加申込書 (締切り: 11月20日)

氏名:		申込日: /
住所:		
	(第 支部、 街区 番)	
電話:		
メールアドレス:		@

この「申込書」を IVY-LABO に提出下さい。FAX (04-7106-5117) もご利用いただけます。

「通いの場」通信 第37号 - ② (「終活講座」特集)

終活講座のご案内

10月5日付けで各戸配付の「終活講座」チラシでご案内しました、セミナーの開催要領が決まりましたのでご案内いたします。みなさまの積極的なご参加をお待ちしています。

第1回セミナー 11月13日(水) 13:00～15:00 柏ビレジ近隣センター

講師：福井千恵氏(東京大学大学院医学系研究科) 基調講演

渡辺一輝氏(柏市社会福祉協議会) 「わたしの望みノート」

第2回セミナー 11月30日(土) 15:15～16:30 柏ビレジ近隣センター

講師：山本敏子氏(北部地域包括センター長) 介護について

遠藤久人氏(柏ビレジクリニック院長) 認知症について

第3回セミナー 12月18日(水) <時間、会場未定>

講師：松本 彰氏(ライフプランナー) 長期家計プランのたてかた

木村史朗氏(行政書士) 後見人、相続、遺言

児谷 登氏(終活カウンセラー) いまどきの葬儀、お墓事情

第4回セミナー 1月22日(水) <時間、会場未定>

講師：福井千恵氏(東京大学大学院医学系研究科) 「終活講座」の総括

参加者同士の意見交換、「わたしの望みノート」の書込み開始!



<参加要領>

各回のセミナーは、各回毎に「参加申込」をいただき、応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。

定員：40名程度(会場により多少異なります)

参加費：各回毎に500円(お茶付き)

第1回、第2回へ参加ご希望の方は、裏面の「申込書」をIVY-LABOにご提出下さい。

第3回、第4回については、11月16日発行の「通いの場」通信第38号でご案内いたします。



「わたしの望みノート」をテキストで使用します。詳細は裏面をご参照下さい →

予告



Family Christmas 2019

主催：柏ビレジ・イベントサークル

12/7(土) 会場：アイビーモール

11:30～15:00

各種模擬店(焼きそば、フランクフルト、たこ焼き)、遊びいろいろコーナー、クラフト、バルーンアート、綿あめ体験、スタンプラリーなど盛りだくさんです。

詳しくは、11月16日付け「各戸配布」チラシをご覧ください。
雨天の場合は、翌8日(日)に順延、内容を一部変更して開催いたします。



クリスマスコンサート

13:15～15:00

はなみずき

(出演順)

花の井保育園
柏プリムラ・エ・コール
(女声合唱)

すとりんぐびーんず
(ジャズコーラス)

オカリナ
KVS(男声アンサンブル)

はなみずき、IVY-LABOは、月、火、水、金、土曜日の11:00～16:00にオープンしています

はなみずき：04-7149-8734 <照会先> IVY-LABO：04-7106-5117



人生の終わりに向けて、 今の自分を活かそう！



この度「通いの場」では、「終活」講座を開催することといたしました。必要とは思っていても、中々行動に移れない現実。専門家のアドバイス、ヒントを得て、残された自分の人生の過ごし方、残された大切な人へ何を繋ぐのかを、想いを同じくする仲間と一緒に考えませんか？！柏市社会福祉協議会発行の「わたしの望みノート」を使用し、東京大学研究者に加え、介護、医療、法律、マネープラン、葬儀等の専門家が参加して頂ける予定です。「わたしの望みノート」の記載等、参加型を目指しています。11月から4回のテーマごとのセミナーを準備いたしましたので、奮ってのご参加、是非ご検討ください。

「わたしの望みノート」は IVY-LABO で「無料」配付中です！！
セミナー参加の前に、是非ご一読ください。

~~~~~「わたしの望みノート」 目次抜粋 ~~~~~

### ■ わたしの希望

- 1、介護についてあらかじめ考える
  - ・介護が必要になったら
  - ・認知症になったら
  - ・脳のいきいき度チェック票
- 2、終末期に自分が受ける治療をあらかじめ考える
  - ・現在の病気、既往症について
  - ・終末期（回復が見込めない状態）の延命治療について
  - ・最期の迎え方について
  - ・臓器提供、献体について
  - ・主治医が相談すべき人
- 3、自分の最期をあらかじめ考える
  - ・遺言書について
  - ・相続について

### ■ ワンポイントアドバイス

- 《介護・認知症について》
- ・介護が必要な状態とは
  - ・認知症とは
  - ・介護保険サービス
  - ・不動産担保型生活資金（リバースモーゲージ）
  - ・日常生活自立支援事業（福祉サービス利用援助事業）
  - ・成年後見制度
  - ・地域包括支援センター
- 《終末期の医療について》
- ・アドバンス・ケア・プランニング（ACP）とは
  - ・胃ろう
  - ・IVH（高カロリー輸液）
  - ・臓器提供意思表示の3つの方法
  - ・尊厳死宣告書
- 《相続について》
- ・財産とは
  - ・遺言書の種類
  - ・公正証書遺言作成の手順
  - ・自筆証書遺言 書き方の例
  - ・相続の対象となる財産とは
  - ・相続放棄をするには
  - ・法定相続人とは
  - ・法定相続人の範囲、法定相続分
  - ・死後事務委託契約

## 「終活講座」 セミナー参加申込書

（ 第 1 回 ・ 第 2 回 ） の参加申込みいたします。

○で囲んでください

**申込締切り 11月6日（水）**

|                        |                         |
|------------------------|-------------------------|
| 氏名： _____              | 申込日： ____ / ____ / ____ |
| 住所： _____              |                         |
| （ 第 支部、 街区 番 ）         |                         |
| 電話： _____              |                         |
| メールアドレス： _____ @ _____ |                         |

この「申込書」を IVY-LABO に提出下さい。FAX（04-7106-5117）もご利用いただけます。