



身近な福祉の相談窓口 支え愛・ほっとステーション

# ほっとレター



令和7年  
1月

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

旧年中は、格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

森川

赤松

本年も、どうぞよろしくお願いいたします。



支え愛・ほっとステーション

事前申込制  
参加費無料

よりみち講話  
心も住まいも整える お片付け  
—プロに聞く片付けのコツと心得—

よりみち講話  
心も住まいも整える お片付け  
—プロに聞く片付けのコツと心得—

日時 12月3日(火)  
時間 午後3時~3時45分  
場所 大崎第一地域センター  
1階 地域活動室  
内容 ①講師の片付けのツツと心得  
②質疑応答  
講師 片付けコンサルタント  
熊沢雅子さん  
定員 20名(申込先着順)

お問い合わせ・申し込み先  
大崎第一 支え愛・ほっとステーション  
品川区西五反田3-6-3 大崎第一地域センター内  
電話 6421-7810 ファックス 3491-2002  
(担当:森川、赤松)

● 12月3日、大崎第一地域センターにて、よりみち講話「心も住まいも整えるお片付け」を開催しました。

● 定員を超えるお申込があり、2部制で実施。同日開催のよりみちも、20名弱の参加でにぎわいました。

● 講師は、地域支援員登録をいただいている熊沢雅子さんです。

● 「部屋を片付けたい」「物を減らしたい」「そろそろ処分しなきゃと思うと落ち着かない」そんなご相談を多くいただいたことから、今回の講話企画に至りました。

● 会場では、「断捨離しました!」という実体験や、「写真やアルバムはどうしている?」「書類を溜め込んでしまいがち」といった質問も。

● 地球上でもっとも居心地がよく、安心安全。「やっぱり、わが家はいいなあ」と思える暮らしをイメージしながら、和やかに講話が進みました。



「お片付けの基本は、捨てることから始めないこと、収納用品を先に買わないこと」

熊沢さんの言葉に会場から驚きの声が上がりました

少なくとも多くもない自分にとっての適量が分かると「なぜ、ここに物を置いているか」説明できるようになる、と熊沢さん

皆さんのお家は、どうですか…?



熊沢家の調理器具を例に収納法をアドバイス

利用頻度に応じて“一軍”“二軍”“三軍”に分けて使いたいものを出しやすく戻しやすい方法で整頓



ストックを抱えがちな空き箱や紙袋を使ったアイデアも紹介

一軍グッズは膝から頭くらいの高さに収納すると戻しやすいですよ!





フルーツ、オカリナ、サウルハーブの幻想的な調べに  
じっくり聞き入る皆さん  
(奏者:辻千佳さん、中尾晴奈さん)



アンコールは、『上を向いて歩こう』。  
この日のためだけに用意されたオリジナル曲も披露されました。  
ハミングと手持ち鈴で演奏を盛り上げます。



- 同日、「よりみちてくてく」実施。5名の皆さんと、大崎第一地域センター待ち合わせ。会場までおしゃべりしながら歩きました。
- 施設見学では、ホーム長の池田洋介さんにご協力いただき、モデルルームや付帯設備を見学。
- 「ずっと気になっていたけれど、施設の中に入るきっかけができて良かった」「また演奏を聞きたい」など、感想が寄せられました。

「あの施設に入りたい」「サービスについて聞いてみたい」など、地域でちょっと気になっていること、わたしたちに聞かせてください!



●12月9日、有料老人ホームチャームプレミアグラン池田山主催のクリスマスコンサートに参加しました。

●ホームでは、月2~3回程度、入居者向け音楽レクを企画。地域の皆さんにも開放して下さっています!

クリスマスコンサート  
日時 12月9日(月)  
午後2時45分~3時30分(2時30分開場)  
場所 チャームプレミアグラン池田山  
内容 ①フルーツとサウルハーブの演奏  
②施設見学  
定員 10名(申込先着順)

事前申込制  
参加費無料

お問い合わせ・申し込み先  
大崎第一 支え愛・ほっとステーション  
品川区西五反田3-6-3 大崎第一地域センター内  
電話 6421-7810 ファクス 3491-2002  
(担当:森川、赤松)

## 予告 第2回地域交流会を開催します!

- 日時 2月27日(木)午後2時から3時30分まで
- 場所 品川区立上大崎特別養護老人ホーム (上大崎3-10-7)
- 内容 ①講話 最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう(講師:明治安田生命保険相互会社)  
②情報交換
- 定員 30名(申込先着順)
- 持ち物 マスク、筆記用具
- ※本企画は、第1回地域交流会(令和6年7月5日開催)と同内容です。初参加の方のお申し込みを優先します。  
※感染症の流行など、会場都合により、急きょ開催を中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

事前にお申込みください

第2回地域交流会  
日時 2月27日(木)  
時間 午後2時から3時30分まで  
場所 品川区立上大崎特別養護老人ホーム(上大崎3-10-7)  
内容 ①講話:最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう(講師:明治安田生命保険相互会社)  
②情報交換  
定員 30名(申込先着順)  
持ち物 マスク、筆記用具

お問い合わせ・申し込み先  
大崎第一 支え愛・ほっとステーション  
品川区西五反田3-6-3 大崎第一地域センター内  
電話 6421-7810 ファクス 3491-2002  
(担当:森川、赤松)

## 大崎第一 支え愛・ほっとステーション

LINE公式アカウント  
開設しました!

品川区西五反田3-6-3

月~金曜日(祝日除く)

9:00~17:00

☎ 03-6421-7810

担当:森川・赤松



@621dhdoj

