

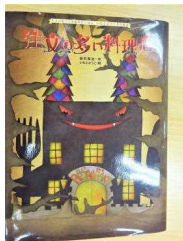
2022年

# 12月のカレンダー 学びの広場

みんなのちからで36年  
(今年の9月で36年目を迎えました)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	空欄の日にはマンツ-マンなど個別の活動をしています。 空いているところに、ご自分の予定を記入してお使いください。			スタッフ ミーティング 10~1時	金曜デイ 10~1時 アート	
4	5	6	7	8	9	10
				スタッフ ミーティング	金曜デイ 10~1時 湧水巡り	青年の会 10~1時
11	12	13	14	15	16	17
				スタッフ ミーティング	金曜デイ 10~1時 織りもの	織りもの 10~12時
18	19	20	21	22	23	24
	織りもの 10:30~12:30			スタッフ ミーティング	金曜デイ 10~1時 オレンジ	青年の会 10~1時 アート
25	26	27	28	29	30	31

## マンツ-マンの風景



Fさんと宮沢賢治「注文の多い料理店」の文章を劇の台本用に書写したり、背景の絵や登場人物のペ-プサ-トを作ったりしています。いつか人形劇として披露できるといいなと、朗読の練習にも力が入ります。

## TVでカラオケ



奥の部屋のTVでカラオケができるようになりました。  
(原則ひろばで一組の時です。)  
マイクとスピー-カ-を用意し、  
ユーチューブを開いて歌えます。選曲は肉声でもできます。

## 11月のギャラリーから



## 秋の実り「水たまりから描く果物」



Nさん

8 Gさん

★学びの広場に入室する時には、マスクの着用、手指の消毒をお願いします。また、ご家庭での検温など健康管理にご協力ください。

## 学びの広場

TEL&FAX 042-322-7160  
H P <http://manabinohiroba.com/>  
E-mail hiroba@pop17.odn.ne.jp



11/11湧水巡り  
野川を歩く



11/12青年の会 西武多摩川線の旅



是政橋



## 夏の終わりのハーモニー♪



### 【第一話】夏の終わりの出来事

8月の末、帰りのバスに乗った日のことです。後から来たベビーカーを押したお母さんが乗り込むのに苦労してたので、手伝いに行きました。二人で押したり引いたりしているうち、腰が大きくギクツと鳴って激痛が走り、その場に座り込みました。運転手さんもやって来てベビーカーはめでたく乗れましたが、私の方は痛みを耐えていつものバス停で降り、4階までの階段を手すりを握った腕の力だけで家までたどり着きました。

### 【第二話】自業自得という話

家では息子が「このコルセットするといい。それと、杖が明日届くから。」といつになく優しい言葉。去年出て行った娘からも電話で「腕利きの整体師さんがいて、ギックリ腰は特に得意。訪問で家まで行ってくれるけど、どう？」とのこと。二つ返事で来てもらうことになり、<sup>せしゆつ</sup>施術を受けました。ひとしきりしてもらった後、世間話のついでに「あんなに大きい音がしたのは、誰も心配そうにしてくれなかった。」とグチを言うと、「その音、周りの人には聞こえてませんよ。骨伝導<sup>こつでんどう</sup>です。」「えっ？…そうだったのか！」他にも、私が以前から腰の右側に難があってそこをかばうと不自然な体勢になってギックリ腰になりやすいとか、階段をさけてエスカレーターばかりだと筋力が落ちるとか聞くうちに「結局すべて自分のせい、誰かのせい何かのせいじゃない。」と思い至るとかえって気持ちが軽くなりました。

### 【第三話】おまけの話～不思議なお巡りさん

半月ほどして仕事に復帰してのある日のことです。がイトの帰りに利用者の方とバスを待っていると、そこへやって来たお巡りさんがバス停の時刻表を見ながら何か探している様子。「今度のバスはこれ、11:15のですよ。」と言うと納得したようで、お巡りさんにバスの乗り方を教えてあげた不思議な経験でした。

そうこうしているうち、後から乗ろうとして来たおじさんが入口で突然仰向けに倒れたのです。今の自分の体では助けに行けるかどうか…と迷ううちに、同乗していたお巡りさんがすぐに助けて、その方が降りたバス停から家まで送って行きました。腰痛いのに無理に動かずにすみしました。

8月末のあの出来事と同じようでも結果は色々でした。今では、骨伝導<sup>こつでんどう</sup>のあの音と、周囲の人がそれぞれ口にしたいいくつかの言葉がハーモニーになって胸と腰に響いています。  
(清水)