

藤沢言語友の会通信

第345号定例会

平成30年4月15日

平成30年4月15日(日)第345回藤沢言語友の会定例会を藤沢市民会館3階第3会議室で開催されました。

昨夜から降っていた雨も午前中にやみ、すがすがしい天候となりました。
本日の参加者は会員7名家族2名 ST 平野先生、吉野先生、ボランティア武井さん、遊佐さんと2名家族で、事務局から小川の合計15名の参加です
司会は松本さんが勤めました。

自己紹介：近況報告：テーマ

指導 平野先生

吉野先生

テーマ：麺の種類、好きな麺？

加藤さん***3月はお彼岸でお墓参りに行きましたのでお休みしました。

月曜日は亀吉で習字のれんしゅうでした、長久保公園に花見に行きました。
孫にお祝いで小使いをあげました。

逗子から電車で娘の家に行き娘夫妻と子供と私の4人車でデズニーランドに行きました、9時開園なのに大混雑ですので、2手に分かれて私と娘で3箇所程見てきましたが、待ち時間が長く何べんも並んで待ちました。
テーマ：中学生の孫が来なくなった、麺が好きでした。

麺は昼に、揖保の糸が好きでよく食べます。冷麦は稲庭細めん、更科そば、ラーメンは嶋田や、焼きそばも嶋田やです。

茂木(直)さん*ARK 葉山の森(隅研吾建築家)リハビリ特化型のデイサービスに行くことにしました、家の近くで歌とか運動も出来、会員50名ほどいますしかなり広い施設、初めてのデイサービスに行く楽しさ。

てーま：素麺、揖保の糸、汁が飛び散るので少し苦手です。普通はパン食すいとんが好きで食べてます。

田内さん***4月になったので、野球が始まったので毎日が忙しいです。大谷君の放送は真夜中の2時3時に始まる、8時、8時30分も放送されている。

午後は日本のプロ野球あり、大リーグは録画にして見えています。

巨人は駄目ですね、野球のために毎日を楽しんでいます、

テーマ：私は麺類が好きです、特に日本そばが大好きです。

日本でそばの栽培が始まったのは縄文時代と言われています。高知県で9000年以上前の遺跡から“蕎麦”の花粉が見つかり当時から“蕎麦”栽培されていたと考えられているからです。また奈良時代前期の女帝 元正

天皇（690～748）の時代に”蕎麦“についての記述があり、日本の歴史的文献に記された最も古い”蕎麦“に関する記述だとされています。

追伸 江戸時代に脚気の予防に 蕎麦（ビタミンB1）を取り入れた。

板井さん**私は妹と一緒に桜木町駅でチュウリップを見てきました、色、型、大きさ、違いますまた、クリスマスローズは、紫、ピンク、赤といろいろ咲いています、また、シランを見ました。山下公園では帆船を見ました本当に美しいです。

私の家の庭にユリがすくすく伸びまだ咲かないと思います、えびねラン鉢に植ってます。

夕方母と私はリゾウト料理を作りました、火にオリーブ油とニンニクしょうゆ付けし炒め、米にブイヨンを加え豚肉、舞茸、えのき、あさり、ピーマン、ベーコン、にら、を入れて炊きます、美味しい。

テーマ：半田手延めん です、歯応えがあり、腰があり良いです。

早貸さん**森林公園に朝散歩しています。

テーマ：昼はだいたい麺類、中国、日本のが多い、お蕎麦とかは家で食べる人が多いです。

小倉さん**3月の終わりころから花粉症がひどくなったので病院に行き薬を出してもらい、薬のおかげで良くなりました。孫が新1年生になりました。

テーマ：インスタントラーメンでは札幌一番味噌ラーメン！！

煮込みうどん、かき揚げが入っているたなお美味しい！！

松本さん**花粉症で大変です、早く収まってほしいです。

亀吉工事でうるさい、3月28日には鎌倉山に桜を見に行きました。

まだ、咲き始めでした、ドライブ帰りは海岸線、長久保公園の桜は満開、引地川にそうて桜もいい！！ 茅ヶ崎の烏帽子岩にも、コーヒーショップのコヒーも良かった。

テーマ：会社に行っているときは、天ぷらかき揚げ蕎麦毎朝食べていた。

国矢のサンマ麺が好きです。

楽しい音楽会

指導

吉野先生

- 1、春の小川
- 2、花
- 3、港の見える丘
- 4、森の水車（サウンドブロック楽器で演奏）
- 5、王将
- 6、三百六十五歩のマーチ（果物、野菜、打楽器演奏、皆さんで合唱）
- 7、春風（総員参加の演奏、合唱）

① ② ① ③ ① ① ① ③ ①
 吹け そよそよ 吹け 春風 よ 吹け 春風 吹け 柳の糸 に
 ② ① ② ① ① ② ① ③ ①
 吹けよ 吹け 春風 よ やよ 春風 吹け そよ そよ吹け よ
 ① ② ① ③ ① ② ① ③ ①
 やよ 吹くない風 この庭 に やよ 吹くない風 桜の枝 に
 ② ② ② ① ③ ① ② ① ③ ①
 吹くな 風 この庭 に やよ吹くない風 吹くなよ風 よ

書き取り： お手本 指導 武井さん

まいにち なが きおく かぎ

毎日テレビから流れる 『記憶の限れでは・・・ありません』

もうウンザリ

一口健康メモ 指導 小林保健師

良い睡眠をとろう

健康づくりのための睡眠指針2014 睡眠12箇条

- 1、 良い睡眠で、からだもこころも健康に。
- 2、 適度な運動、しっかり朝食、眠り目覚めのメリハリを。
- 3、 良い睡眠、生活習慣病防止につながります。
- 4、 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
- 5、 年齢や季節に応じて、ひるま眠気で困らない程度の睡眠を。
- 6、 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
- 7、 若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。
- 8、 勤労世代は朝晩疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
- 9、 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに激度な運動で良い睡眠。
- 10、 眠くなったら寝床に入り、起きる時刻は遅らせない。
- 11、 いつもと違う睡眠には、要注意。
- 12、 眠れない、その苦しみを、専門家に相談を。

言語訓練ゲーム 指導 平野先生 アシスト皆さんで

トランプ 注文つきババ抜き (決まりは以下の通り)

- 「おすすめは どれですか？」 ○ 「私は〇〇がほしいです」
- △ 「お勧めは これです」 ▲ 「それにします」「別にします」

時間がなくなりましたが 結果は1位小倉、小林、早貸組でした
ババもち組は松本、加藤、吉野組でした。
4組に分かれて楽しみました。

連絡事項：その他

- 1、次回は第346回定例会平成30年5月20日13:00~16:30
会場：藤沢市役所 新庁舎5階 会議室
** (今回から会場が変更されていますご注意ください) **確認
司会者は茂木春樹さんお願いいたします。テーマ：好きな魚料理？
発表のメモ宜しく願います。
- 2、5月26日(土)13:00~16:00：県失語連 30年度総会が鎌倉福祉センター開催さ
れます、参加者は松本ご夫妻、小川が行きます。

5月の定例会のお知らせ

日時：平成30年5月20日(日)13:00~16:30
会場：藤沢市役所 新庁舎 5階 会議室

内容：自己紹介：近況報告：テーマ：好きな魚料理？
楽しい音楽会
書き取り
休憩

言語訓練ゲーム
連絡事項その他

発行先：〒251-0058 藤沢市本町 2-4-25
発行責任者：会長 松本 正幸
〒252-0806 藤沢市土棚 674-3
電話・FAX 0466-43-5502
事務局：記録：遊佐美春：編集：小川 浩
創刊：平成元年1月
発行日：平成30年4月15日 第345号

藤沢言語友の会通信

第346号定例会

平成30年5月20日

平成30年5月20日(日)第34回藤沢言語友の会定例会を藤沢市役所新庁舎5階第1会議室で開催されました。

今回は新庁舎での開催は初めてなので、予約はしてあるが手続が判らず途惑いました、皆さんも同じで5回の待合所で待機してもらい、12時55分に会議室の鍵が渡され入室されましたが、真新しい室内は新鮮でした、これからも末永く利用したいと思います。本日の参加者は会員7名家族2名ST 露木先生、音楽の吉野先生、事務局から小川の合計12名の参加です

司会は茂木さんの予定でしたが急遽小川が勤めました。

自己紹介：近況報告：テーマ 指導 露木先生

テーマ：好きな魚料理

小倉さん**大相撲夏場所は栃ノ心は無傷で好調、白鵬、鶴竜両横綱、千代の国が1敗で追っております、栃ノ心の優勝、大関誕生を望みます。

ボックス(まひにきく)注射をしてきました。

テーマ：好きな魚料理は刺身が一番です、サンマの塩焼きもよろしいです。

松本さん**こんにちは松本です。

藤沢宿交流館に行きまして山本さんの娘さんがミニコンサートに出演されましたので、30分前に行きましたが満席で椅子がありませんでした、帰ろうかと、山本さんの奥様が椅子を譲ってくれました。

前半はクラシックを何曲か歌ってくれました。後半は会場の皆さん全員で春の歌を唄いました。

5月5日は大船のフラワーセンターに行きました、改修工事済みでした。県立で無くなり日比谷花壇と名が変わりました。園内も手入れがしやすいように、回りに生い茂っていた大木も伐採されて、近くの学校や道路が見えます、大きな池も無くなり、桜が素敵に、リニアルになり多くの来園されていました。一番の見所はやはりバラで一斉に咲かれて満開最高でした。シャクナゲも良かったです、展示場で押し花をしていましたので3枚買いました。花物もはんばいしてました。

テーマ：若いころは母はよく魚料理を出してくれました、どんな魚でも好きです、あまりかまわずに飲み込んで小骨が喉に引っかかり大変でした、なるべく小骨を取ってから食べるようにしています。これから鰻が楽しみ。

早貸さん**毎日1~2時間散歩をしています。

毎日新聞に連載されている「数独」ゲームにはまっています。現在中級、上級の腕前です。頭の体操になります。

テーマ：私は魚が大好きです。1週間半分は魚で鰯、サンマ、鮭の焼き物、煮物はヒラメ、イカ、イサキが大好き、秋はさんま焼き、大根卸しが最高、秋サバも油が乗って大変美味しい。刺身は夏は止めています。

板井さん**5月18日私は境川遊水地で散歩していました、この辺りには野の花野草を見かけます、アカツメグサ、オオバコ、オオキンケイギクも咲いています。今田橋を歩きながら眺める景色は素晴らしいです。川の流れの辺りから、時々鳥の声を聞きます。また、家の庭でイワタバコの蕾が膨らんでいます、ユリも後少しです、またニワゼキショウは咲いています。

テーマ：私の好きな魚は鱈です、母も好きです母と私は鱈の味噌漬けです、ご飯にソラマメで炊いて15分蒸します、かぶと梅酢の種をまいて美味しいです、カブ、ラッキョウ、きゅうり美味しい。

茂木(直)さん*西条秀樹が心不全で63歳で亡くなりました、脳梗塞2回頑張りすぎたのではないかなと思います、私も第九の合唱団で頑張っていました、字が見えなくなったり、喉が痛くなったり状態でした、3回発症しました、大声を出した時、わからない時は心臓がげ原因ではないかな・・・

テーマ：甘塩鮭、鰯の干物、鯖味噌付け、アンチョビパスク、イカのリング揚げ物。

山上さん**大相撲稀瀬の里は連続7場所休場、貴の花と並んだ、来場所の結果で引退かも心配です。

今年は花見に2回行きました、長久保公園、鎌倉山に行きました。

将棋の藤井7段に(15歳)早いですね。

テーマ：ホッケが大好きです、鯖の煮物味噌、鮭、イカの煮物が好きですが作ってもらえません。

加藤さん**4月29日は実母の1周忌で栄区の〇〇庵で居止まりました。

25日にはデサービスで箱根のガラスの森美術館大雨でした。

母の日にはガーベラ、かネーション娘より

14日はデサービスで藤沢市役所新庁舎見学に来ました。

テーマ：刺身、鮪、鯛、ホタテ、塩紅鮭、鰻、金目鯛、鯖缶、たら、数の子が好きです。

楽しい音楽会

指導

吉野先生

始めに本日松本会長の誕生日で皆さんでバスデー合奏して祝いました。

- 1、こいのぼり： 屋根より高いこいのぼり 大きなまごいは お父さん
小さいひごいは 子供たち おもしろそうに 泳いでる。
- 2、鯉のぼり： 薨いなかの波と雲の波 重なる波の中空を 橘かおる朝風に
高く泳ぐ鯉のぼり
- 3、背比べ：柱の傷は一昨日の 五月五日の背比べ 粽食べ食べ兄さんが 計ってくれ
た 背の丈 昨日比べりゃ 何のその やっと羽織の紐の丈
- 4、緑のそよ風：大きな声で合唱
- 5、花の街：合唱
- 6、茶つき：合唱、打楽器演奏、声が出ないですね
- 7、この広い野原いっぱい：すがすがしく合唱
- 8、みかんの花咲く丘：いつもの楽器演奏合唱

① ① ② ① ② ② ① ②③ ① ① ① ① ③

- 1、みかんの花が 咲いている 思い出の道 丘の道 はるかに見える 青い海

① ② ③ ①

お船は遠く かすんでる

① ① ② ① ② ② ① ② ③ ① ① ①

- 2、黒い煙を はきながら お船はどこえ 行くのでしょうか 波にゆられて

① ③ ① ② ③ ①

島のかげ 汽笛がぼうと 鳴りました

書き取り： お手本 武井さん

さわ ごがつ かぜ ふく

爽やかな五月の風に吹かれて

かくち ばら うつく きそ

各地で薔薇がその美しさを競っている。

言語訓練ゲーム

指導

露木先生

訓練前に「神奈川県失語症向け意思疎通支援者養成講座」合同実習協力をお願い
依頼の説明が露木先生のあり、皆さん開催日での協力を要衝しました。

期日につきましては今後先生方と相談の上決定いたします。露木先生、大塚先生は前面
協力するそうです。

ゲーム皆さんの頭の上には本人は知らない絵カードがあります共通する物を皆さんの
カードを見てお答えください。

小倉さん「自動車」松本さん「掃除器」早貸さん「飛行機」板井さん「船」

茂木さん「冷蔵庫」山上さん「洗濯機」加藤さん「汽車」皆さんの頭の上のカード
答えは：乗り物と電化製品です。正解でした。

連絡事項：その他

- 1、次回は第347回定例会平成30年6月17日13:00~16:30
会場：藤沢市役所 新庁舎5階 会議室

司会者は板井さんお願いいたします。テーマ：好きな肉料理？
発表のメモ宜しくお願いします。

- 2、5月26日（土）13:00~16:00：県失語連30年度総会が鎌倉福祉センター開催
されます、参加者は松本ご夫妻、小川が行きます。
- 3、6月17日には茅ヶ崎リハビリテーション専門学校1学年生3名見学依頼があり
ました、皆さん協力お願いします。

6月の定例会のお知らせ

日時：平成30年6月17日（日）13:00~16:30
会場：藤沢市役所 新庁舎 5階 会議室

内容：自己紹介：近況報告：テーマ：好きな肉料理？
楽しい音楽会
書き取り
休憩
言語訓練ゲーム
連絡事項その他

発行先：〒251-0058 藤沢市本町 2-4-25

発行責任者：会長 松本 正幸

〒252-0806 藤沢市土棚 674-3

電話・FAX 0466-43-5502

事務局：記録：編集：小川 浩

創刊：平成元年1月

発行日：平成30年5月20日 第346号