

たつなみ 2026 (令和 8) 年 3 月 1 日 発行 (毎月一回 1 日 発行) 第 486 号

たつなみ

2026 (令和 8) 年 3 月 号
特定非営利活動法人 **たつなみ会**
代表理事 相羽美子
定価 100 円

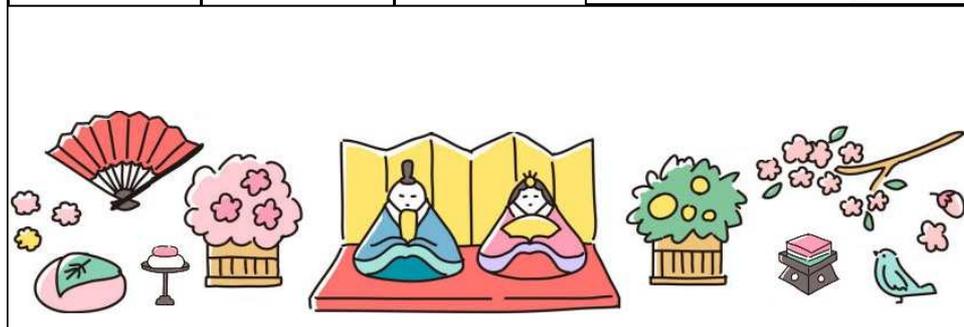


お彼岸の牡丹餅
2025年3月20日 (木)



ホームページは、<http://tatsu73.com>

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	●定例会 ひな祭りイブ	ひな祭り	輪投げ	●定例会 カレンダー作り	ネイルサロン	麻雀教室
8	9	10	11	12	13	14
	ボーリング	俳句の会	防災訓練 京子先生体操教室	イスに座って「健康体操」	たけのこ掘り	お楽しみ
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
	ADL体操	風物詩塗り絵	頭の体操	●定例会 マジックショー	三味線会	頭の体操
22	23	24	25	26	27	28
	詩歌の書き写し	ゲーム	ウクレレ演奏	春の歌	会報誌発送 転倒予防体操	三線ライブ
29	30	31	3月11日 (水) 総合防災訓練			
	脳トレ	カラオケ会				



★申し訳ございませんが、カレンダーは急に変更することがございます。どうぞご了承ください。
 ★定例会の内容は、3頁をご参照下さい。

たつなみふれあい昼食会にお越しく下さい

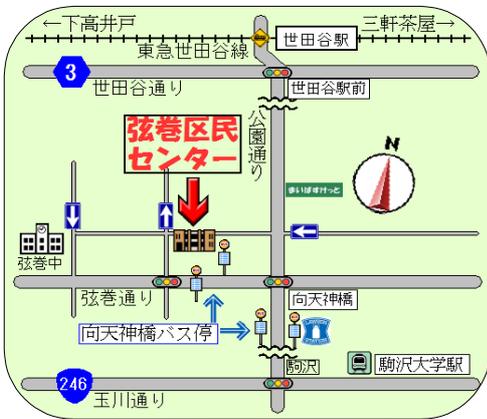
2026年 3月2日(月) ●定例会
 令和8年 3月5日(木) ●定例会
 3月19日(木) ●定例会

◎右記以外の月～土には、10:00～15:30まで、世田谷線上町駅から100mの、憩いの場“とまり木”で実施いたします。

12:00 ごろ ～ 14:30 ごろ
 弦巻区民センター料理講習室

昼食代金：400円 弦巻1-26-11
 Tel. 3426-9624

ふれあいサロン弦巻「定例会」



- 12:00～13:00頃まで、ボランティアシェフたちがバラエティランチをこしらえてお待ちしております。
- 午後からは、お楽しみ会です。

◎定例会開催の日は、

- 2日(月) ご当地レトルトカレーの日
- 5日(木) スリランカカレーの日
- 19日(木) 熟カレーの日

定例会のお楽しみメニューより

事務局長：大橋孝峰

こんなにいっぱい「カレーの日」 増補版

- | | | | |
|-----|-----|--------------------------------|-------------------------|
| 1月 | 22日 | カレーの日 | |
| 1月 | 23日 | カレーの日の次の日は「カレーうどん」の日 | |
| 2月 | 12日 | ボンカレーの日 | |
| 2月 | 22日 | レトルトカレーの日 | |
| 3月 | 2日 | ご当地レトルトカレーの日 | |
| 3月 | 5日 | スリランカカレーの日 | |
| 6月 | 2日 | 横浜カレー記念日という記念日です ※) 現在は終了のようです | |
| 7月 | 10日 | ブナピーの日 | |
| 7月 | 22日 | 夏ふーふースープカレーの日 | |
| 7月 | 29日 | 福神漬の日 | |
| 8月 | 2日 | カレーうどんの日 | |
| 8月 | 20日 | 瑠璃カレーの日 | |
| 8月 | 21日 | 北本トマトカレーの日 | |
| 9月 | 30日 | クミンの日 | |
| 10月 | 3日 | ごめんなさいカレーの日 ※) 現在は終了のようです | |
| 10月 | 25日 | 信濃の国カレーの日 | |
| 11月 | 27日 | 即席カレーの日 | |
| 12月 | 1日 | カレー南蛮の日 | |
| 毎月 | 19日 | 熟カレーの日 | 毎週金曜日 カレーの日 (海上自衛隊のルール) |



♥♠♦♣ **ケアルーム NOW** ♣♦♠♥

節分の豆まき

昔は、立春・立夏・立秋・立冬の四立の前日（節分）毎に豆まきをしていました。

2月2日（月）

節分イブ



2月6日（金）

書道



♥♠♦♣ ケアルーム NOW ♣♦♠♥

豆には節分後もお世話になりました。



← ↑
2月6日(金)
塗り絵

テーマは「豆」

2月5日(木)
豆つかみ競争

本格的な作業療法(リハビリ)ですね!

↓ ↓ →



リハビリと言えば、最近では YouTube でもデイサービス向けの動画が公開されています。

その一つが、

スギリハ体操教室

1月30日（金）



YouTube の動画を見ながらまねします。



首の運動



両手をギュッと握って



両手を上げて



両手をギュ〜ッと合わせてお祈りのポーズ



1月23日（金）

1月22日は「カレーの日」で、その次の日は「カレーうどんの日」だそうです

なぜか？たつなみでは

「たい焼きの日」

でした。



♥♠♦♣ ケアルーム NOW ♣♦♠♥

日常的なお楽しみアイテムの一部



1月20日（火）

ジェンカ

ランチ後の休憩時間やプログラムの合間に楽しんでいます。



1月17日（土）

パズル



1月28日（水）

トランプ

毎日行っている午前中のイベントです。



2月4日（水）

ごん太



1月16日（金）

詩歌の書き写し

毎月1回は行うプログラムです。



1月26日（月）

カレンダー

ふれあい昼食会のレシピより

昨年の3月号で2024年までの「雛祭り料理」を振り返りました。実はその記事を書くタイミングでは、2025年3月3日の献立が発表されていませんでした。だから、今年はどんなお料理になるのかとても楽しみにしていました。

3月3日（月） 春のちらし寿司の日

昨年の献立表です。

- ❁ ちらし寿司
- ❁ 茶碗蒸し
- ❁ 春野菜の天ぷら
- ❁ 山芋とめかぶの酢の物
- ❁ お吸い物
- ❁ 雛あられ



スタッフの研修発表コーナー

たつなみ会のスタッフが研修していることをお知らせして、ご指摘などをいただいたり、また、何かのお役に立てばと、発表の機会をいただくことにいたしました。

事務局長：大橋孝峰

主任介護支援専門員研修の課題より

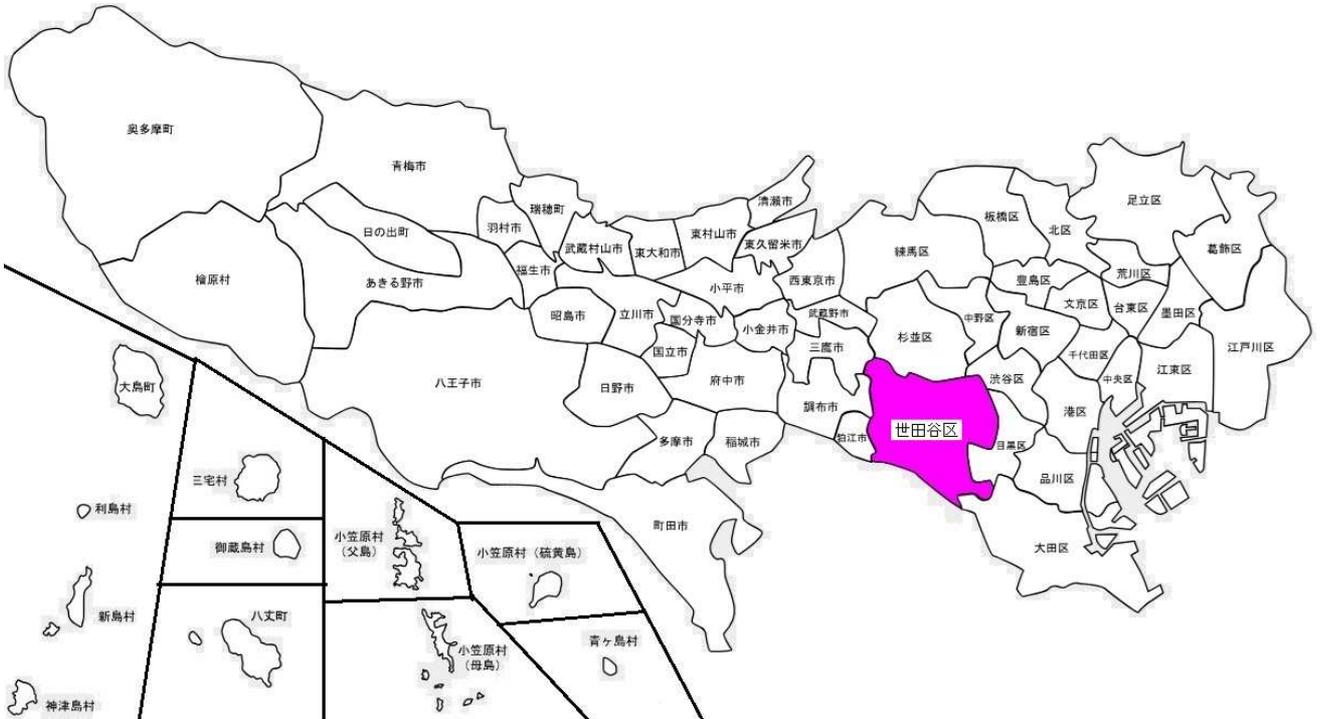
テーマ「所属事業所のある地域の特色を紹介してください」

地域を見直す、地域に興味を持って行動する介護支援専門員の姿を想像する。

地域の捉え方は、区や市レベルの広域でも結構です。あるいはもう少し狭い特定の地域・地区レベルで考えていただいても結構です。なにを特色と考えるのかという視点も各自の判断で結構ですが、研修科目の趣旨を理解して取り組んで下さい。（単なる観光案内やグルメガイドにならないように注意してください。）

世田谷区の地域の特色

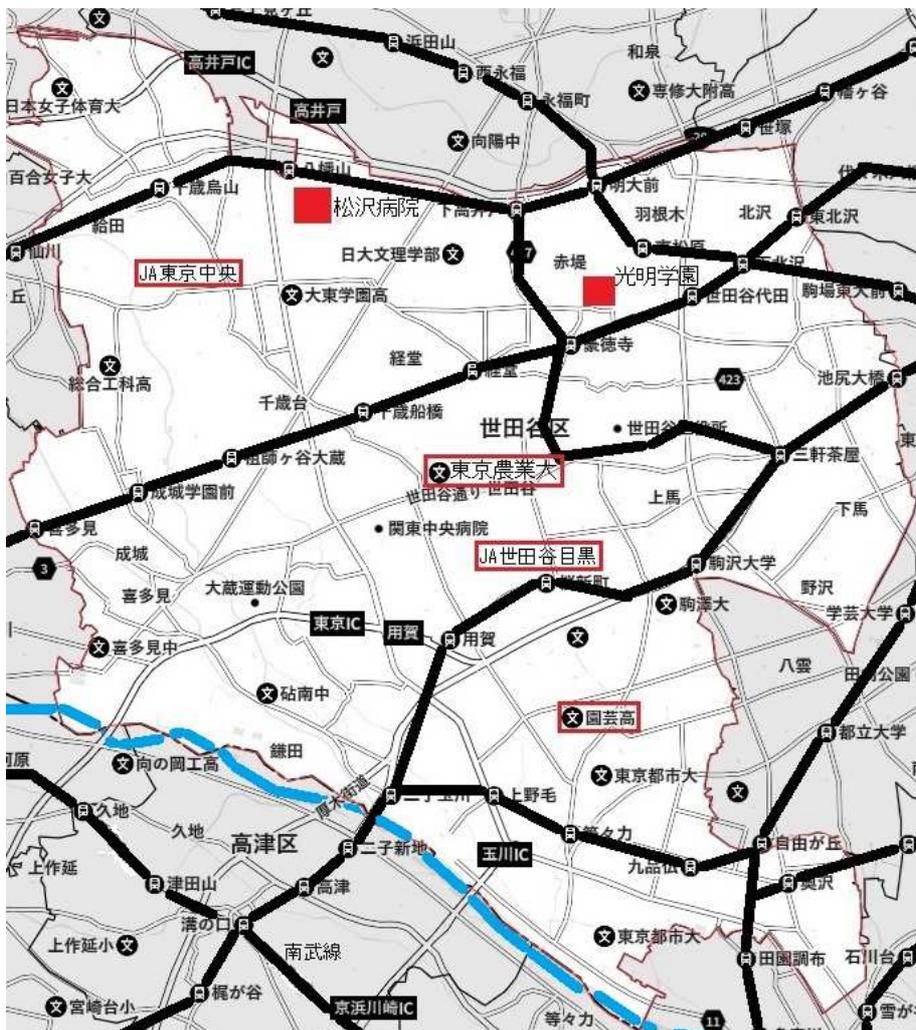
東京 23 区の西南部、多摩川を挟んで川崎市と向かい合っています。多摩川が暴れ川として大きく蛇行してきた証明として、地名として「野毛」と「等々力」が双方に存在します。多摩川沿いに国分寺崖線が田園調布まで続いています。面積は約 59K m²（23 区で 2 番目、1992 年羽田空港の埋め立て拡張完了で大田区 60.66 K m²に抜かれる）住居系が約 9 割、商業系が 1 割弱、工業系は約 1%です。



群馬県川場村（85 K m²強・3,200 人弱）には、世田谷区民健康村があり、すでに 100 万人を超える世田谷区民が宿泊しています。2002 年には同村役場の研究会が世田谷区との合併について検討していることが新聞で報道されました。合併されれば、大田区を抜いて 23 区でダントツ一位になります。東京都でも、奥多摩町 225.53 K m²、八王子 186.38 K m²の次に当たり、檜原村 105.41 K m²、小笠原村 104.35 K m²、青梅市 103.31 K m²を抜いて 3 位になります。

人口は約 95 万人弱です。（都道府県別人口の少ない順：47 鳥取 46 島根 45 高知 44 徳島 43 福井 42 山梨 41 佐賀 40 和歌山 39 香川<95 万人強> 38 秋田<96 万人弱>）

江戸時代は、ほぼ全域彦根の井伊家の知行地で農村地域で、主に江戸市中へ野菜を供給していました。現在も東京都中央卸売市場世田谷市場と、JA 世田谷目黒・JA 東京中央の二つの農業協同組合の本店が存在。都立園芸高等学校や東京農業大学の存在も農村地域の名残でしょうか。



世田谷区は、明治・大正時代の旧東京市 15 区にも含まれていませんでしたが、関東大震災による神社仏閣や被災者難民の疎開地として下町から多くの人が入り込んで住宅地になりました。また、世田谷南部の玉川や等々力溪谷は景勝地、行楽地なので別荘が多く建てられています。玉川田園調布、成城学園、赤堤等の高級住宅地もあります。

さて、世田谷区の特徴として人口が多いことと福祉が多少手厚いことについては、次の 2 つの存在も結構影響しています。

まず、1919 (T8) 年東京府松沢病院移転、患者一人 100 坪×600 名=61,000 坪の敷地に分棟式の建物が並び、開放病棟や作業場、拘束具の使用禁止、室外運動の自由化、閉鎖病棟の患者も中庭には出られる構造、そのため旧来の看護観を持つ看護長などリーダー格の職員を更迭して、その当時としてはかなり患者本位の病院でした。

そして、1939 (S14) 年日本初の養護学校である東京都立光明養護学校（現・光明特別支援学校）です。他には養護学校が存在していなかったため、全国から入学者がきました。実は、たつなみ会の利用者にも他県から家族ぐるみで引っ越してきた方がおりました。

それらのことが全国的に認められた事例として 1964 (S39) 年東京オリンピックを記念して当時の西ドイツ政府からベンツ製のリフト付きバスをもらえることになり、選ばれたのが世田谷区と町田市でした。このことは、1992 年ごろ町田市の福祉課でレクチャーしてもらったことですが、残念ながら、現在の世田谷区と町田市の HP からはその資料を発見できませんでした。それから、1981 (S56) 年若年自動車のワンボックスタイプを改造して車いす 1 台が直接乗車できる福祉車両を作り、今では全国に広まり、たいそう重宝しています。

特定非営利活動法人（NPO）たつなみ会のご案内

● 事業内容

☆ 介護保険事業

- ・ たつなみ会通所介護事業所
- ・ ヘルパーステーションたつなみ
居宅介護支援（居宅サービス計画の作成他）
- ・ ヘルパーステーションとまり木
訪問介護

- ◎ 地域密着型通所介護
- ◎ 介護予防通所介護
- ◎ 総合事業通所サービス

☆ 障害者総合支援事業

- ・ ヘルパーステーションとまり木
重度訪問介護

☆ 憩いの場「ケアルームとまり木」

☆ 移送サービスたつなみ

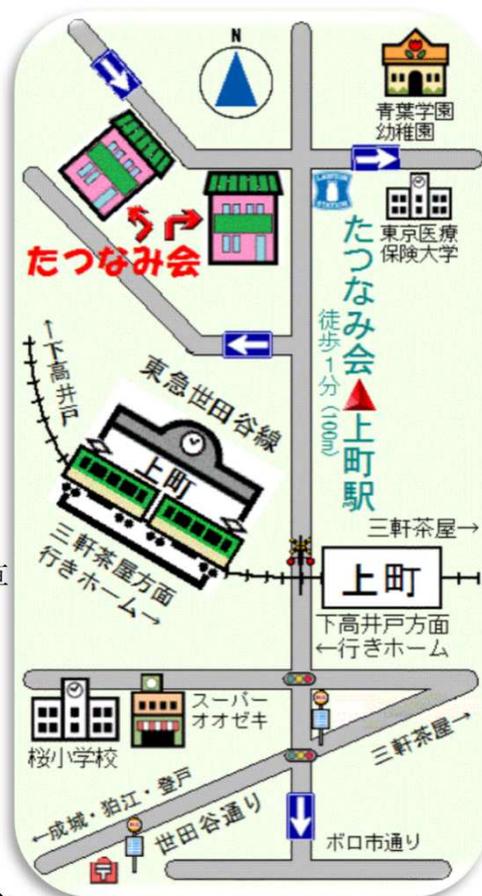
☆ 食事サービスとまり木

☆ 高齢者会食会コーディネート事業たつなみ草

☆ リサイクル事業たつなみリサイクルの会

☆ 研修生受け入れ（随時受け入れ可能）

☆ たつなみコミュニティサロン



会報4月号の発送作業を3月27日（金）午後から、たつなみ会で行います。ボランティア参加できる方、よろしくお願いいたします。

NPO たつなみ会

〒154-0017 東京都世田谷区世田谷3-5-19

電話 03-5450-3751 Fax. 03-5450-3752

ホームページ「たつなみ会」で検索、「[NPOたつなみ会](http://tatsu73.com)」をクリック



または、URL <http://tatsu73.com>

なおPC版は、URL <http://tatsu73.com/sp/index.html>

