



ミニ通信 2012年12月号

エプロン

2012年12月10日発行
発行責任者 田井貴代子
〒177-0041 練馬区石神井町 8-53-24
TEL 6915-9315・6915-9325
6915-9320
FAX 6915-9316
E-mail : actepu@oak.ocn.ne.jp
<http://www13.ocn.ne.jp/~epuron/>

NPOアクトエプロン地域に開かれたつどい

プロデューサーのつぶやき

2012年11月18日 開演まであと5分
やっとここまで来た？ あっという間だった？
どっちでもいい、とにかくここまで来た。



準備から今日までの約2か月。不安とプレッシャーで気持ち的には5kgは痩せた。(つもり)

今回の「ACT地域に開かれた集い」をまかされた時は本当に憂鬱だった。今までどれだけ人任せにしていたか痛感した。

去年に引き続き出演を快諾してくださったソプラノ歌手の西脇さんと伴奏の代島さん。去年初めて生で聴いたオペラに感動し1年に1回でも大泉でこんな素晴らしいオペラを聞いてもらえたらと思ってお願ひしたのだ。

何度も調整を重ねて出来上がったプログラムは私の願ひの証だ。

エプロン歌のサークルの皆がリハーサルをしている。みんな笑ってる、楽しんでる。これがエプロンのいいところだ。

今回もチャリティコンサートとし、陸前高田へのボランティア活動にチャリティすることに決めた。パワーポイントに震災当時と現在の陸前高田の様子が流れている。

「忘れないでください」

陸前高田のみなさんの思いが伝わる。



エプロン紹介のDVDも作った。

桜の木の下での小さな事務所から大泉へ、石神井へ、エプロンの成長の記録だ。

スタッフが最後にエンドロールをつけてくれた。1番最後に「プロデューサー 伊藤 裕重」と流れた。大げさだと思うけど泣きそうになった。

開演まであと5分

客席からは、ざわざわとした声が聞こえる……。エプロンの利用者の顔が見える。エプロンがこの「地域にひらかれた集い」を開催するのはエプロンを地域の皆さんに知って頂く為だけではない。地域の方たちと一緒にこうして笑顔で、楽しいひとときを過ごすこと……。それだけでも十分なのだ。

こんな不慣れなわたしをここまでサポートしてくれた仲間、何よりもゆめりあホールまで足を運んで下さった皆様に心から感謝したい。

この経験は私を少しだけ成長させてくれるだろう……

きっと……

たぶん。

さあ

開演のアナウンスを始めよう！！



リレーエッセイ 田中さんから山崎史子さんへ

ボケたくな〜い！！

山崎 史子

もっか私の悩みは、物忘れの多いことです。

そこで血眼で本をあさり読み、ヨーシ、コレダ！と
思う所を見つけました。

まず「意欲・好奇心・感動」を衰えさせないように。
(つまり前頭前野を活発に使い続ける。)

そのためには創作、工夫、応用が伴うものが最高

つまり心をときめかせ、思わず笑い声が出る、
(できれば) 競争がある。

楽しい遊びを仲間と一緒にやる。

すると脳機能が確実に上がりそれがもはや低
下しない。

これがその道 30 数年のお医者様の認知症診
療で実証済みとの事。

まずは実行してみなくっちゃね。

(もう手遅れかな?)



デイサービスエフロン便り

2012年9月25日号

11 月は光が丘公園のいちよう並木にお出か
けしました。忘れていても季節は約束通り
めぐってきます。今年のいちようもこんな
にきれいに色づきました。黄金色の絨毯の

上を歩く皆さんの足取りも軽やかです。金色に輝くいちようの木のすきまからの
ぞく晩秋の青空がまたまた素敵なんです！



~~~~~

## エフロンの集い

12 月 9 日 (日) エフロンデイルームに、10 家族 17 名の方が  
お越しくださいました。昨年に引き続き障害をお持ちの利用者さん  
とそのご家族のティーパーティーです。

あちらの隅では中学生の男子がじゃれあっていて、こちらの隅では  
お母さん同士の女子会が始まり、畳コーナーでは、園児や小学生が  
スタッフに抱っこされてニコニコ笑顔で座っています。

車いすの中学生もわさわさ、がやがやの雰囲気を楽しんでくれてい  
ます。特別なプログラムがあったわけではないのですが、1 年ぶりの  
再会を喜んでいただけて、スタッフ一同感謝、感激。うれしい限りです。

最後にはちょっぴりですがカラオケも始まってなかなかの盛況。

“おさかなくわえた” のサザエさん、“ピーヒャラピーヒャラ” ちびまる子ちゃん  
大いに盛り上がり、最後は“ポーニョポーニョポーニョさかなの子” のポーニョでしめ  
くくった 1 日でした。

### 編集後記

12 月の声とともに吹く風が厳しくなってきました。「おまえは何をしてきたのだ」と吹き来る風  
に言われたのは中原中也ですが、年末にむけて今  
年一年を振り返っては反省する事しきり。せめて  
残りの数日で取り戻せねば、と焦っております。K