



ひらや照らす通信

8月号

発行日 **2025年8月1日**
 発行者：ひらやの里 代表 三好
 編集者：鶴田 清野

YMCA 国際交流 6月-7月

『ひらや照らす』（以下ひらや）は、2025年6月から7月にインドネシアとベトナムの若者たちと3回交流する機会を得ました。

彼女ら、彼らは経済連携協定（略称 EPA）に基づいて来日しています。彼女らは、普段は特別養護老人ホームで働き、週1回は東京 YMCA 医療福祉専門学校（以下 YMCA）で日本語や介護福祉を学んでいます。2年半後の介護福祉士国家試験を目指しています。母国や日本での優秀な人材になることでしょう。



大野先生のお声かけで、1回目は6月26日（木）午前中。インドネシア EPA の若者11人と大野先生がひらやに来訪しました。ひらやからは7人参加し“桜の木細工”を行いました。ひらやの参加者から素直でまじめな若者たちだと感想が寄せられました。

2回目は、6月30日（月）の午後。ひらやの7人がYMCAを訪問し、ベトナム EPA7人と懇談しました。戦争体験のある何人かのひらや会員から平和の尊さの話もありました。



3回目は7月5日（土）の学園祭。ひらやから十数名が参加。インドネシアのジュース「アイスチェンドル」やベトナムのスイーツ、「チェー」はなかなか日本では味わえない本場の味の美味しさで感動しました。

ステージでは、インドネシアのダンスが可愛かったです。更にベトナムクラスの皆が歌ったAKB48の「365日の紙飛行機」という曲は、彼女たちが遠い日本に来て励まされている曲なんだと胸が熱くなりました。ひらやからは応援メッセージ付きの紙飛行機を飛ばすサプライズをしました。



またひらや照らすの“おれんじメモリーカフェ”はYMCAの日本人学生だけではなく、ミャンマーやネパールなどの留学生も参加していて、学園祭では星先生のご案内で再び交流を深めることができました。このような国際交流の機会が増えることを望んでいます。〔児玉谷 広子〕

YMCA 学園祭にベトナム EPA 介護福祉士候補者を訪ねて

この学園祭にはベトナムからEPA介護福祉士候補者として日本で働きながら学んでいる若者たちが数多く参加しており、彼らの明るさとエネルギーに圧倒されました。歌い、踊り、笑い合うその姿に、こちらも自然と笑顔になり、元気をもらいました。

日本の若者たちもまた、日々さまざまな場面で努力を重ねていますが、ベトナムから来た彼らの開放的で積極的な姿勢は、とても新鮮に映りました。こうした異なる文化背景を持つ若者たちとの交流は、私たち自身の固定的な価値観を揺さぶり、社会のあり方を見つめ直す貴重な機会となります。

今回の交流を通じて、国籍や出自を越えて、誰もが尊重され支え合える社会の実現に向けて、私たちもまた小さな一歩を踏み出せたように感じています。〔橋本 昌一〕



ほっとサロンのご紹介

ひらや照らすのイベント“ほっとサロン”は、NPO 法人ACTくになち「すてつき」（以下すてつき）のメンバーが2017年のひらや照らす開所当初から運営しております。すてつきは、人と人のつながりを大切に公的サービスや在宅支援サービスを有償で行う事業所です。

“ほっとサロン”は毎月第1土曜日 10:30-12:30、お庭を眺め、お茶を飲み、多種多様な参加者とお話は楽しく、新鮮で眠っていた自分の記憶や感性も掘り起こされます。気軽におしゃべりを楽しみにいらしてください。参加費は150円です。

これまでの一部をご紹介させていただきます。

★5月端午の節句の頃：

折り紙で兜を折り、子どもの頃の遊びについて参加者でリレートークを行いました。

★6月梅雨間近の頃：

あじさいの花の漢字を思い浮かべて下さい。「普段漢字で書くことがないかな？」

ひらや照らすの庭に花を眺め、小さな柚の実を1ついただき、香りをお香のように嗅ぎました。

門前さんにトマトやおかわかめの話を聞き、トマトをいただきました。

★ある夏の話：

高校野球「栄冠は君に輝く」古関裕而作曲のCDを聴きながら語る。



【参加された方の声】

- ・デイサービスに夫が行っている合間に参加された方から介護中の話を聞き、「今日は帰って夫をやさしく迎えられそう」と明るく話してくれました。
- ・「居心地の良さ、お菓子と飲み物をいただきながら世間話をするわけだが、今回はクイズを出してみた。この話題から皆さんさすがにオトナで、冷静に語り、かつ聞いてくれました。これも淡々とサロンを開催しているメンバーの人柄と努力の賜物と陰ながら感謝しております」

【島崎 エミ子】



わくわく会議 7.11



ひらや照らす7月のわくわく会議（7/11 金曜日）は、国立市防災安全課の職員さんによる防災出張講座でした。

参加者が6人とやや少なかったのは残念でしたが、若いお二人の職員さんと和気あいあい、あつては困る災害のお話も自分事として捉えた参加者の質問が絶えないとても賑やかな会でした。

（9月号につづく）

【榎原 茂子】

《クリン照らす》

8/9(土) 9:00-10:00
福祉会館の前でごみ拾いに必要な道具をお渡しします。
どなたもどうぞ。

《今月の会議予定》

運営会議
8/9(土) 10:15-12:00
連絡会議
8月はお休みです

《9月のシネマ照らす》

映画『シェルブールの雨傘』
主演 カトリーヌ・ドヌーブ
について語り合しましょう。
9月第1木曜日 13:00-15:30

暑中お見舞申し上げます

ひらや照らすは **熱中症予防一時避難所** です



世界中が日々の暑さに耐えています。地球温暖化に取り組む覚悟を新たに、身を守るための対策も大切にしましょう。ひらや照らすで涼みませんか。

自宅で個々に冷房を使うのではなく、朝10時から午後4時まで、「ひらや照らす」を利用してはどうでしょう。

8月は夏休み期間、お子さまと一緒に、またご自分だけで、いつ来て下さってもいいのが「ひらや照らす」です。

いつものイベントが休みになる日を選んで、4ページのイベントカレンダーに“オープン照らす”と書いてあります。いつも通り開いてくれるイベントに参加するのはお勧めです。思いがけない出会いが待っているかもしれません。ひらや照らすは不思議な和の空間です。誰もがほっとしてくつろいで、呼吸が楽になるところ、やってきた人と気づけばお話ができて、温かなことばとともに冷たいお茶をお出しするのは、同じ市民でお当番と呼ぶ方たちです。

8月だけ特別イベント“くにたちボードゲーム交流会”ができることになりました。『まんまのま』の吉田さんのご好意によるものです。

社会福祉協議会で「ひらや照らすってどんなところですか、初めてで行きにくいのですが」と聞いて下されば、職員さんが付き添って下さるかもしれません。

福祉会館すぐ近く、くにっこバスが停まります。お待ちしておりますね。 [三好 紀子]



“シネマ照らす”は私の生きる力の源



安曇野のひまわり
撮影：クマさん

夫を介護して20年、見送りはできたが、疲れ切って体調が悪い。そんな中、井手さんが主宰し、映画について語りましょうと呼びかけてくれる月初めの木曜日が近づくとワクワクしてくる。タクシーを予約して、付き添ってくれる友人と早めにひらやに到着、水辺の手入れをし、苔の様子を見、雑草を抜いて安心し、いただくお茶で一息入れる。

若かりしときに見た名画は、夏になり一面にヒマワリが咲く画面が素晴らしく、いつまでも心に残る。みなさんの感想が心に響く。語り合う喜びを共にする私の一押しの時間である。

娘の命日が近い...

触れられる あたたかき命 替えがたし [富田 歌子]

夏休み
e スポーツ企画

8月23日 15:00- 於:スマホ照らす

小中学生とペアで《太鼓の達人》に挑戦しませんか？



facebook でも情報を
発信しています



WORLD CLEANUP DAY 2025

9月20日(土曜日)

ひらや照らすは、国立市、国立市社会福祉協議会の他、行政・学校・NPO、地域活動団体と包括的に広範囲で連携しながら世界一斉清掃日活動を実践しております。



イベントカレンダー



今月の
俳句

庄ちゃん
選

一陣の風吹きわたる驟雨くるる（このは）

水

木

金

土

『オープン照らす』とは

ひらや照らすは みんなの居場所
見学会・おためし会 やってます
夏休みです！ 学生さんは久し振りのゲーム？
静かな空間を見つけて 読書？ 宿題？
シニア世代は お茶飲んでお喋り？ 自由です
お待ちしております



百歳体操

10:30-11:30

認知症予防ゲーム

13:00-14:00

オープン照らす

10:00-16:00

ほっとサロン

10:30-12:30 (参加費 150円)

(産前産後のいどばたカフェは)
お休み

百歳体操

10:30-11:30

グリーンケア

15:00-16:00

シネマ照らす

スイート スイート ビレッジ

13:00-15:30

百歳体操

10:30-11:30

(わくわく会議はお休み)

クリン照らす

福祉会館前集合 9:00~

運営会議 10:15-12:00

おれんじメモリーカフェ

13:00-14:30 (飲物代100円)

夏休み

夏休み

夏休み

夏休み

オープン照らす

10:00-16:00

百歳体操

10:30-11:30

オープン照らす

10:00-16:00

特別イベント

『ぐにたちボードゲーム交流会』

(ランチを楽しむ会はお休み)

百歳体操

10:30-11:30

地域ケア勉強会

10:00-12:00

かんたん氣功教室

14:00-15:00

スマホ照らす

「eスポーツを楽しもう」

15:00-16:00

百歳体操

10:30-11:30

ひらや

フレイル予防の会

13:30-15:30

桜の木細工(200円)

染めワークショップ

10:00-12:00 (要予約)

庄ちゃん句会(会費100円)

13:30-15:30

(お抹茶の日はお休み)

オープン照らす

10:00-16:00

百歳体操

10:30-11:30

ひらや照らすを

振り返る会

13:00-15:00

「ひらや照らす」の成り立ち

昭和54(1979)年、故吉川
照子さんは緑の豊かさに魅力
を感じ、終生の地として国立
市を選び、移住されました。

平成27年2月に逝去され、
遺言により「老人福祉の目的
で利用する」「建物や樹木を
可能な限り現状のまま使用す
る」等を条件に市へ寄贈され
ました。

開所時間

毎週 水・木・金・土曜

10:00-16:00

祝祭日はお休み

スタッフが2~3名で

お待ちしております

イベントなどの最新情報は
facebook で発信中。

<https://www.facebook.com/hiraya.terrace/>

アクセス ☎ (042) 800-1661

〒186-0003 国立市富士見台2-38-12



① 国立高校前(立川バス)
② 国立福祉会館前(つくしバス)