

ともてらす早良

年4回発行、ともてらす早良の情報を網羅する機関紙です。当館主催イベント情報のほか、早良南図書館、介護相談窓口からのお知らせ、やがては地域のニュースも掲載予定です。ご来館の際や、街で見かけたときには、ぜひ手にとっていただき、ともてらす早良と巡る季節をお楽しみください。

Vol.4 秋号

2022.10月発行

ともてらす早良
主催事業

実施
レポート



[介護講習会]

「終活を考える ～元気なうちから話しておくこと～」

9月17日(土)、ともてらす早良2階大会議室にて、介護講習会「終活を考える ～元気なうちから話しておくこと～」を実施しました。この講習会は当館内に設置している麻生介護サービス介護事業所が講師を担いました。講師は、ケアワーク九州ケアプランサービスの西脇 将さん。豊富な現場経験に基づき、お話ししていただきました。

▶ 講師が終活に興味を持ったきっかけと、終活の準備

講師の西脇さんは、現場での体験はもとより、ご自身の家族との経験が元で、終活への興味を深めていきました。終活の定義は、「人生の終焉を考え、自分を見つめ、今をよりよく自分らしく生きる活動」と紹介し、①自分がどんな最期を迎えたいか、を本人が考えてほしい。②自分がいなくなった後、家族が困らない準備をしてほしい、と西脇さんは説明しました。具体的には、財産の整理や相続の準備、そして、「断捨離」、それから、葬儀やお墓に関することなどの具体例を示し、誰かに気を遣ってばかりではなく、「今したいこと」を増やしたり、「今本当にやりたいこと」を見つめましょう、と提案しました。



▶ エンディングノートをきっかけに

今までの人生を振り返り、ネガティブな出来事をポジティブに捉える機会として、家族などに伝えたい大切なことを書き留めたエンディングノート、それは、自分の周りの人に対して感謝を表す機会にもなります。新たな人生の再構築となります、と西脇さんはまとめます。それから、本人を主体に家族やケアチームが繰り返し話し合いを行い、本人の意思決定を支援するプロセス、ACP(アドバンスケアプランニング:人生会議)についても紹介し、後悔して最期を迎えないための準備をしましょうと結び、講習会は終わりました。



麻生介護サービスは、ともてらす早良1階で、介護相談を無料で行っています。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。介護と看護のケアマネジャーが、一人ひとりに向き合っています。

無料介護相談
アップルハート
平日9:00～18:00

●ケアセンター……………092-836-5641
●ケアプランセンター……………092-836-5642
●訪問看護……………092-836-5643



ともてらす早良 主催事業

掲載イベントについてのお問い合わせ・お申し込みは下記にて承ります。

[ともてらす早良1階管理事務室受付窓口]

☎092-812-3312 メール:info@tomoterassusawara.jp

※イベントの時間などの詳細、内容など一部変更になる場合がございます。

おかげさまで1周年!記念イベント開催!

1st Anniversary Event 全イベント観覧無料

11/6

目 ナマステさわら 2022



特設ステージでのインドヨガやインド舞踏の紹介、テントブースでは民族衣装サリーやヘナアートの体験ができるインド体感イベントを開催。カレーやスパイス、インド雑貨などの購入もできます。

【時間】10:00-17:00

【会場】ともてらす早良 屋外スペース



11/12

午前・午後2回開催
入場無料
(要整理券、全席自由)



原田哲男 ともてらす早良一周年記念 チェロコンサート

ともてらす 公民館まつり!

11/13

早良の各公民館のサークルが一同に集まり、日頃の活動の成果を発表します!各種ダンスやオカリナ、コーラス、和太鼓に日向ひょっとこ踊りや手話ダンスなどなど、多彩なステージをご覧ください。

参加公民館

田隈・田村・野芥・有田・
飯倉中央・早良・大原・飯原・
飯倉・原西・賀茂・脇山・
西新・高取・壱岐南・小田部

【時間】9:30~17:30

【会場】ともてらす早良 多目的ホール(全席自由)



屋外スペースで毎月開催!



早良区内外から、毎月バラエティに富んだ
出店ブースが集まります!



出店内容・出店方法のお問い合わせは企画・運営
事務局の「さわらch!」までお願いします。

開催予定日

10/16(日) 12/17(土)・18(日)

※天候により中止となる場合があります

さわらch!事務局(ともてらす早良内)

☎090-2968-9653

✉support@itsmonokoto.com

特設ページ特設ページはこちら!▶▶



イベントスケジュール

※イベントは内容・時期が変更となる場合があります。

11月 11月6日(日) 講座・体験
ナマステさわら2022

11月12日(土) 音楽
原田哲男チェロコンサート

11月13日(日) 音楽
ともてらす公民館まつり!

12月 12月4日(日) 講座・体験
早良スコレ
絵本作家なるかわしんごさんと
「きく」「あらかず」「かたる」
ワークショップ

早良探訪記

第四回「再訪 その先へ」

2022年7月22日、僕たちはふたたび曲淵を訪れていた。レンタカーは山道をどんどん登っていく。景色をぼんやり眺めていると、車内ではぼつりぼつりと会話が聞こえてくる。窓を開けると、都市では感じることのない、澄んだ空気が車内に入り込んでくる。思い出すのは、やっぱり同じように車に揺られていた、あの日のことだ。

作品を創作する時、何もないところから急にイメージが湧き上がってくることなんてない。本当に大切なのは、何を作るかではなく、何と出会うかだ。次の瞬間、自分が何と出会い、何を感じるのか、そんなこと誰も知るはずがないのだけれど。演劇をするということと、豊かな心で生きていくということは、そんなに変わらないのではないかと僕は思う。大事なのは考えすぎて動けなくなるくらいなら、あまり難しく考えず、身体を運んでみる。自分のアンテナが外を向いていることだ。

あの日も、ドキュメンタリーのような演劇にしたいなあとぼんやり考えてはいたのだけれど、具体的には何も決めていなかった。とりあえず、カメラを回していたら何かが起こるだろう。くらの楽観的な心持ちで車に揺られていた。車内で流れた音楽を、横に座っていたメンバーの田島が口ずさむと、「よくこんな昔の歌を知ってるね。」と彼女たちは驚いて、

このコーナーは、ともてらす早良オープニングイベントにおいて市民参加型演劇「早良探訪記」を発表した、演劇ユニットそめごころの劇作家・演出家 石田聖也さんによるコラムです。本作は出演者を一般公募し、2021年11月6日・7日の両日、大練習室にて上演されました。(コラムは全4回を予定。)

演劇ユニットそめごころ
劇作家／演出家 石田 聖也



少し笑っていた。

僕が探していたのは市民参加型演劇の〈参加〉という言葉のあり方だった。観客とどのような参加体験をこの劇で共有できるのか。それは、演出家が一番最初に考えなければならないことだった。そして、その一つの答えとしてあの時間があつたのだと、今になってみればわかる。

想像の中の早良南を旅するバスツアー。オープンタイミング、この時間、この場所でしか成立しない私たちだけの演劇体験。あの日感じた、山道を登る車内の揺れを観客と共有したかった。窓を開けて入ってくる自然の空気を想像して欲しかった。耳をすませば、ぼつりぼつりと聞こえてくる誰かの喋り声も。車内に流れる懐かしい音楽も。すべてはあの日、あの車の中で自分が出会ったモノだった。劇の最後のシーンで、バスがともてらす早良に戻ってきた時、これが始まりだと思った。こうして、劇場は人々の記憶をまといながら、そこに在り続けるのだ。やっぱり演劇は面白い。

そして一年後、僕たち演劇ユニットそめごころは新たなプロジェクトを、この早良南で始めようとしている。新たな出会いを、これから自分たちの手で育てていくつもりだ。また、劇場で会いましょう。

図書館からのお知らせ

早良南図書館展示コーナーのご紹介

早良南図書館では、毎月テーマを決めて本の展示をしています。



図書館入口左側
(特集展示)



新刊棚横
(季節の展示)



6番棚
(児童書の展示)



9番棚雑誌側の展示
(家政学)



健康・介護コーナー
(医学)



14番棚(文学)

この他にも様々な展示を実施しています。ぜひご覧ください!

今後のイベント予定

★早良南アドベントカレンダー

日時 12月 会場 早良南図書館 館内

内容 早良南図書館オリジナルのアドベントカレンダーで、クリスマスまでをカウントダウンします。

★クリスマスお話し会

日時 12月 会場 早良南図書館 館内

内容 クリスマスの時期にぴったりの、楽しいお話し会を行います。

介護相談窓口からのお知らせ

いつかは訪れるかもしれないこんな状態。

自力で歩けなくなったとき、一人でお風呂に入れなくなったとき、お布団からの立ち上がりができなくなったとき、

一人で用を足せなくなったとき。そんな時に活躍するのが福祉用具です。そもそも福祉用具にはどのような種類があり、料金はどのようになっているのかご興味はないですか?

11月の講習会は「自宅で楽に過ごせる福祉用具の活用法」となっています。実際の器具を見て、触って、体験させていただきます。

2022年度の最後の講習会となります。

皆様のご参加お待ちしております。

介護講習会 11/26(土)

「自宅で楽に過ごせる 福祉用具の活用法」

参加無料、要事前申込

時間:10:30-11:30

場所:ともてらす早良2階 大会議室

申し込み:ともてらす早良 ☎092-812-3312



小型電子機器 回収ボックス

ご自宅に使わなくなったカメラや携帯電話、音楽プレーヤー、電卓といった小型電子機器は眠っていませんか?回収ボックスに入れて、適切りサイクル&資源化にご協力ください!北側(駐車場側)出入口付近に設置しています。回収方法について、詳しくはコチラへご確認ください。



詳しくはコチラ▶

高齢者乗車券 福祉乗車券「交通用福祉ICカード」ポイントチャージ機

交通費の一部を助成する「交通用福祉ICカード」。交付決定した方がICカードにポイントチャージできるチャージ機が設置されました。北側(駐車場側)出入口付近に設置しています。これら乗車券について、詳しくは下記でご確認ください。



高齢者乗車券

福祉乗車券

駐車料金のご案内

ご利用の方は下記の駐車料金でご利用いただけます。
館内で駐車券の割引処理が必要です!

駐車料金(割引処理後)

- 1時間までの駐車 無料
- 1時間を超え2時間以内の駐車 200円
- 2時間を超える駐車 300円



割引機は1階事務所受付窓口前、および早良南図書館受付にごございます。
駐車後はかならず、駐車券を館内までお持ちください。障害者手帳等をお持ちの方は無料となります。事務所職員までお申し付けください。

ここどこ? ともてらす

乳幼児を連れてのご来館もご安心ください!授乳、おむつ替えができる「赤ちゃんの駅」があります。ミルクのお湯もご提供しています。



福岡市早良南地域交流センター ともてらす早良

〒814-0176 福岡市早良区四箇田団地9番1号
☎ 092-812-3312 ✉ info@tomoterassawara.jp
HP <https://tomoterassawara.jp/>

[開館時間] 9:00~21:00(多目的ホールは22:00まで)
[休館日] 毎月最終月曜日(祝日のときは翌日)、年末年始(12/28~1/3)
[駐車場] 8:30~22:00(休館日は8:45~17:45まで)
収容台数241台(施設利用者は当日最大300円)

交通アクセス

西鉄バス「四箇田団地」バス停より徒歩4分
博多・天神・西新・藤崎方面より[西鉄バス] 2、2-1、19、201、93、306系統
《電車でお越しの方》福岡市地下鉄七隈線「次郎丸」駅 2番出口から徒歩1分の「昭和新町」バス停よりバスにご乗車ください。

公式HP



Facebook

