



もぐたん通信

発行元：(有)西中野メディアセンター
住所：中野区上鷺宮2-11-5
(鷺宮店) 電話3825-0265 FAX3825-0267 asa.saginomiya@ybb.ne.jp
(練馬店) 電話3992-2377 FAX3992-2475 atoshimaen@ybb.ne.jp

オタヨリコーナー
(練馬のSさん) 時々会に行く、中村のジェーソン。またまたやってきました。他店で買った、エコバックに入れた牛乳、豆腐、スポンジ5個、…カートのフックに引っ掛けたまま、ジェーツで買った品物だけ、もって帰ってしまい…。翌日、横に、取り置きしてありました。そろそろ認知症入ってきた?やバイ!!
(モグタン) 大丈夫です。モグタンなんかジェーツで買ったものと同じものを、またオタヨリで買ったことがあります。しかも個数まで一緒…(増井) でもジェーツのお店の方やさしいですね…認知症のSさんやもぐたんの世話まで…(モグタン) 全然認知症ではないし…Sさんに失礼ですよ!!(店長) 唐突ですが認知症の話がでたので「めだかの学校」の物語 という本の紹介をしたいと思えます。著者は練馬区在住の元看護師、現在はNPO法人日本在宅看護普及会の後藤榮子さんです。後藤さんは30年前、姑と伯母の二人の介護経験からそれまでになかった主婦向け家庭看護教室を始めました。以降現在のグループホーム経営に至るまでの長い経験から、この本の中で「認知症」について9つの物語を語り、認知症の親を在宅介護する新しい方法「在宅ペア介護制度」を提案しています。この制度は練馬区という地域の特徴にあった方法として考えられ

→ たそうです。もしかしたら、なるかもしれない…親が、自分が。みんなが理解を深めておかねばならない問題だと感じました。そんな「めだかの学校」の物語を、抽選で10名様にプレゼントしちゃいます。ご意見欄に「本希望」とお書きください。お届けをもって当選とさせていただきます。最後に後藤さんご自身、認知症予防の為に脳トレの一環として「天声人語書き写しノート」を毎日やっていると事です。こちらは当店で3冊¥630で販売中です! (モグタン) モグタンも「書き写し」始めました。まだ2週間で3回しか書いてませんが、普段字を書かなくなっているの、チャレンジしたいです。(村田) その回数、認知症って言うより“三日坊主”



じゃない!? (中村のTさん) 中略…モグタンはきっと毎朝早起きしていますよね? 私は目覚ましがなってもまたすぐ寝ちゃって…なにかアドバイスなどあれば教えてモグタン!! (モグタン) モグタンは体重が80キロ!!!の頃全然起きられませんでした。が、体質改善をしてから、起きれるようになりました。でも即効性はないので、起きたい日の前の日の8時以降食べないことです。(村田) 食べないと眠れないんだけど…(モグタン) お腹空いて起きたことないでしょ~これまた朝ごはんが堪りません。便利グッズでは動く目覚まし時計“トキータッチ”、東急ハンズで9450円で売っています。鳴り出すと目覚まし自体動き回るので、ベットからは一度出れますよ。でもお値段が…



1 サランラップ 30名
2 ユナイテッドシネマ豊島園 映画鑑賞券 (1枚) 30名
=注意事項=裏面の応募要綱をご覧ください。どちらの店舗かわからない場合、練馬店に送ってください。よろしくお願ひします。

→ こちらの店一番のコーヒーはブレンドコーヒーで、長年の経験で完成された黄金比率のブレンド具合はオススメです!! (西田) その調子ですよ…癒されそう。下手なカラオケの話ではないですから…(モグタン) もう一軒は「安田珈琲店」(豊玉北6-13-15-1F)です。(西田) 外からは花屋さんぽい? (モグタン) そうそうお花が多く華やかです。ここはオープンから2年半ですが、サフィンを使って丁寧に作る本格派で、味にマスターの真心が感じられます。店内は明るくきれいで、大きなカウンターと広い客席が居心地の良さを増幅させてくれます。しかもトーストの、味は絶品で芳醇な香りのするパンに隠し包丁を入れてバターをぬったトーストがなんと100円で、他のトーストもいろいろあります。珈琲豆の種類は12種類用意してあり、オススメは日替わりのストレートコーヒーです。両店とも西田さんみたいな人柄のいいマスターとママがすばらしい…惚れちゃいますよ~ (西田) モグタンが最後までめるとは…成長にビックリですね…いろいろお便り待ってます!!



もぐたんのくいしんぼ情報!!

(練馬のYさん) 中略…食べ物のお話も楽しいですが、心癒せるゆっくりした場所なんかも紹介ください。(モグタン) 癒しのモグタンが一曲披露したいのですが、ニコミから聞こえないのが残念!! (西田) いやいや癒せる場所の話ですし、喫茶店とかバーとかの話なんじゃないですか…(モグタン) そうでし



たね…モグタンオススメの練馬の喫茶店を紹介します。まず「カフェ・ド・フロール」(豊玉北5-15-16)は木目調の落ち着いた雰囲気、いつもジャズが流れています。モグタンの体とは似ても似つかないのですが、コーヒーカップも100種類以上あり、どのカップで飲むかで美味しさも違うような気がする素敵な店です。

「朝日新聞デジタル」スタート!
最大2ヶ月無料!! (モグタンも愛用!?)
朝日新聞購読者はプラス1000円でスマートフォンとパソコンから閲覧できます。※注、現在普通の携帯電話からは閲覧できません。また決済方法はクレジットカードのみとなっております。詳しいパンフレットをお持ちしますので、お気軽に、右上の連絡先までお電話下さい。

=口座振替 会報 のご案内=
毎月16日発行
口座振替やクレジット決済の方ならどなたでも領収書と一緒にお届け、毎月多数のチケットプレゼントなど、盛りだくさん。申込は販売店まで
もぐたん、観スケも登場します! 口座振替へご協力も!