



じっくりと向き合い「想い」を伺います（詳細はP8）

やすらぎ

題字：高橋ノブさん筆（特養住民）

No. 57

2012 秋号

平成24年9月25日発行

主な内容

ふなの園住民の健康を祝う集い	P 2
遠い昔に聴いた子守唄	P 3
西和賀消防署窓拭きボランティア	P 4
やすらぎ会夏祭り	P 5
デイサービス利用者作品紹介	P 6

重ねた人生の年輪 これからも末永く



百歳祝いの記念品を受け取る石井イナさん

ぶなの園 住民の健康を祝う集い



円山和子さんから「元気」をいただきました



祝賀会のステージ

ぶなの園で暮らしている皆さんの長寿と健康をお祝いする「健康を祝う集い」は、9月13日、町長（代理）ほか多数のご臨席を賜りながら開催されました。

式典では今年度百歳を迎える石井イナさんに内閣総理大臣からの祝状と記念品が贈呈され、岩手県及び西和賀町からもたくさんの方の記念品を頂戴しました。富士産業様とやすらぎ会からは全住民の皆さんへの記念品が贈呈されています。

そして祝賀会では、昨年に引き続き円山和子社中の皆さんによる唄と踊りの豪華ステージ。ビールやジュースを飲みながら、ゆつくりと楽しんでいただきました。テーブルを回りながら一人ひとりと握手を交わされた円山さんは、百歳になるイナさんがあまりにも若々しくてビックリ。住民の皆さんはプロの歌声を間近で聴くことができて大満足だったようです。来年も、皆さんで元気にこの日を迎えることを約束し合いました。



ご先祖様の霊をお迎えし、感謝し、そしてまたお送りするお盆。遠くで暮らしている家族や親類が集まり、各地区では恒例の盆踊り、西和賀町が1年で最も賑やかになる時です。

ぶなの園住民も、それぞれのお盆を過ごされました。帰宅して家族と数日間過ごされた方、日帰りで自宅の仏様に手をあわせて来られた方、お墓参りをされた方など、お盆をぶなの園で過ごした方にも多くの面会があり、久しぶりの再会を喜ぶ声が響いていました。

金ヶ崎町から入所されている千葉ツヨさんは、家族と一緒に湯川温泉に一泊。おいしい料理と温泉、娘さんたちとの楽しい会話で、思い出に残るお盆を過ごされたようです。家族や親類の絆、有難さを感じられる日本のお盆って、いいですね。



これから家族と温泉に出発しま～す

今も耳に残る...

懐かしい あの唄



鎌沢有馬 ノエさん(88)

ぼんつこ、ぼんつこ、花おりにあいどりや、何、花おりに、こがね花おりに、一本おって、ひっかつぎ、二本おって、ひっかつぎ、三本目に日が暮れて、おどろの前さ、通たれば、ずんどの様な大将が、あしだはいで杖ついで、てでごに一ばい、い～やいや、母ごに一ばい、い～やいや、大竹原の、ここじゃご息子、竹の節見つけて、八つにぎっくり割ったれば、あっちさ向いても、ちょうちょうちょう。こっちさ向いても、ちょうちょうちょう。ちょうちょうめきはやたば、百に米一石。十文酒とひやげで、け～がづ流れて、福とまた

ホームヘルプサービスをご利用いただいている有馬ノエさん（鎌沢）が子どものころ、『ぼんつこ』からよく唄ってもらった子守唄だそうです。ノエさんは今年で88歳、遠い昔の記憶を辿り、訪問したヘルパーに口ずさんで唄ってくれました。「毎晩シゲ（弟）と二人して、ぼんつこふとごころさ抱がれで一緒に唄ったもんだ。そして安心して眠ったもんだっけ...」

何とも無邪気であたたかい様子が浮かんでくる唄です。数え歌のような語呂合わせになっていて、最後には皆の願いも盛り込まれています。ノエさんのおばあさんの生まれは桂子沢だそうです。そのおばあさんも、同じように小さいころ唄ってもらったのでしょか。そうであれば、何十年という単位では足りないくらい年月を唄い継がれてきたことになりそうです。ちなみに沢内の同じ年代の方々に伺っても、この唄は聴いたことがないとのこと。次の世代に伝えるべき貴重な文化財だと思ひ、ここに紹介させていただきます。懐かしい唄や地元のおもしろい昔話などをご存知の方は、ぜひお知らせください。





百年座とワークステーション湯田・沢内のコラボレーション

太鼓の共演でスタート

薄暗い雨雲の下での開催がやすらぎ会夏祭りの定番になりつつありましたが、今年は雨の心配をしないでよ！天気予報だったので、準備段階からテンションあげあげでした。

皆さんによる太鼓で幕開け。ワークステーション十周年記念式典で初舞台を踏んだというコラボ演奏は、息もぴたりで祭りの雰囲気を一気に盛り上げてくれました。その後はぶなの園住民による踊り「憧れのハワイ航路」の披露。家族や地域の皆さんの前で、楽しく

やすらぎ会夏祭り 2012

祭りのメインはやっぱりさんさ踊りでしょう。さんさ太鼓が鳴り響くと気持ちが高ぶり、西和賀の夏を全身で感じます。家族や地域の方に車イスを押してもらいながらさんさの輪に入った特養住民の表情からも、その気持ちが伝わってきました。盛り上がり



妖艶、やよい会の子どもたち



さんさ踊りは最高潮に！

が最高潮に達したところで、恒例の大抽選会。町内外の関係業者様からいただいた協賛品が、当選された方の手に次々と渡されていきま

した。自分の番号が選ばれず最後までため息の方も多かったようですが、次はきつと1等が当たると信じて、来年もぜひ足を運んでいただきたいと思えます。ご来場、ご協力くださった皆様に、あらためて感謝申し上げます。

さんさ、心も躍る

気持ちよく踊ることができたようです。そしてもう一組のステージはもちろん、やよい会の皆さん。特養住民のリクエストが多く、毎回ご出演いただいております。今年の踊りも「素晴らしい」の一言、ただ見とれるばかりでした。



ステージに拍手を送る特養住民



念入りに作業する消防署の皆さん

西和賀消防署長及び署員の皆さんが、施設の窓拭きをしてくださいました。普段なかなか窓拭きまで手が回らないため大変な難く、また訓練で鍛えられている腕で力強く拭いてくださったので、やっかいな汚れもあっという間に落ちていました。さらに高いところは脚立を使ったり、レールの細い隙間まで掃除をさせていただいたり丁寧な作業をしてくださり、玄関付近を中心に目撃するほどピカピカに！お忙しいなか本当にありがとうございました。

西和賀消防署 窓拭き ボランティア

8/7

手打ちうどんを打つ会

8/7

年に数回提供している行事食として、給食業者の職人さんによる手打ちうどんと天ぷら作りの実演を楽しんでいただきました。うどんの粉をこねた後、ビニール袋に入れて足で踏む工程は特養住民や職員もやらせてもらい、コシのあるうどんの出来上がり。続いて天ぷらは、野菜などのほかに職人さんの地元福島で食べられている一口まんじゅうの天ぷらも登場。打ちたてうどんと揚げたて天ぷらで美味しい昼食をいただきました。



職員が支えながら「踏み踏み」



みんな花火が大好き

お盆前の夕べに中庭で開催した納涼花火大会。手持ちや吹き上げ、打ち上げなどいろんな花火を用意して始まりました。太田の子どもたちもたくさん遊びに来てくれて、特養住民の方に花火を手渡してくれたり、楽しく会話しながら一緒に花火を眺めたり。はしゃいでいる子どもがかわいくて、花火を見ずに子どもばかり見ていた方もいたかもしれません。西和賀の短い夏の夜を、ゆったりと堪能することができました。

納涼 花火大会

8/9

健康講話 メンタルヘルスケア

8/10

「職員のメンタルヘルスケア」をテーマに開催した健康講話は、講師に沢内病院石川清医師をお願いし、働く人の心の健康についてじっくりとご指導をいただきました。大切なのは自己肯定感を持つこと。つまりありのままの自分を受け入れ、常にプラスの方向に物事を考える気持ちだそうです。また、職員間のコミュニケーションで心の疲れを予防したり、早期発見できる環境も重要とのこと。心身共に健康で働ける職場を目指していきます。



非常に興味深い内容でした

光沢のいい張りのある肌の特徴のなす。水分が蒸発しやすいので保存の方法は乾燥させないようラップにくるみ、冷蔵庫に入れるのが良いです。また、へたの切り口が茶色くなっているものは、鮮度が落ちてきている証拠です。

ワンポイント

夏野菜は体を冷やす作用がありますが、高血圧、のぼせ症になすは効果的。『秋なすは嫁に食わすな』ということわざの真意は、「妊婦などが食べ過ぎて体を冷やすと身体に害を及ぼす恐れがあるので、量を控えた方がよい」と考えられたというのが一説のようです。

吉田栄養士の

今回の注目食材…『なす』

なるほど まめ知識 2

なすは約93%が水分。紫外線の害から野菜を守るポリフェノールの一種、アントシアニンという皮の色素が人間にも有益で、疲れ目の回復から生活習慣病やがん、老化の予防にまで役立つと言われています。むくみを解消するカリウム、便秘を解消する食物繊維も多量です。

おすすめレシピ

麻婆なす

【材料】
なす、豚ひき肉、ねぎ、生姜、にんにく、豆板醤、醤油、砂糖、酒、鶏ガラスープの素、油、水、片栗粉

【作り方】

- 1、なすはヘタをとり乱切りにし、170℃の油で素揚げする。
- 2、ねぎ、生姜、にんにくはみじん切りにし、フライパンで香りが出るまで炒めた後、ひき肉を入れパラパラになるまで炒める。
- 3、水と調味料を加え、煮立たせたら片栗粉でとろみをつける。
- 4、お皿に素揚げしたなすを盛り付け、その上に3をかけると出来上がり。



とびだせ芸術! 『ステキな作品見てほしい』のコーナー

デイサービスぶなの園利用者の作品紹介

●制作のようす



●作品名『里の秋』



デイサービスぶなの園利用者の皆さんで制作したパステル画です。ボランティアの照井悦子さんにご指導いただき、パーツの色付けや切り取り、背景の絵の作成や貼り付けを協力しながら行ってきました。粉状に削ったパステルを指に付けて着色するので、全体的にやわらかい雰囲気の色合いになり、心なごむ作品に仕上がりました。

あしあと

法人の主な動き

- 【6月】
- 1日 課長会議
 - 4日 特養住民健康診断
 - 5日 職員健康診断
 - 出張理容
 - 11日 特養住民健康診断
 - 13日 さなぶり弁当
 - 14日 特養住民心電図検査
 - 15日 特養住民心電図検査
 - 17日 特養家族会プラントナー設置
 - 18日 特養住民健康診断
 - 入所検討委員会
 - ホーム喫茶
 - 25日 特養住民健康診断
 - 消防署立入検査
- 【7月】
- 2日 課長会議
 - 3日 出張理容
- 【8月】
- 1日 課長会議
 - 7日 出張理容
 - 8日 手打ちうどんを打つ会
 - 8日 法人役員研修
 - 9日 納涼花火大会
 - 10日 健康講話
 - 20日 ホーム喫茶
 - 27日 特養第三者評価調査
 - 29日 特養住民結核検診
 - 30日 在宅家族懇談会
- 6日 西高職場体験(5日まで)
法人指導監査
西介実地指導
七夕まつり
オリエンテーション
西高ヘルパー研修
- 8日 晴耕塾
12日 おおしま出張販売
13日 消防総合訓練
19日 西高ヘルパー同行訪問(20日まで)
- 23日 出張理容
28日 夏祭り
家族懇談会
法人内部監査

和賀川



■9月に入っても残暑と言うより酷暑が続いている。今年の稲作は「やや良」の豊作が期待され、一安心である。■経済第一主義の風潮により、日本経済はカネを中心にした大きく花開いた。家電も車も手に入る、みんな高校、大学に進学できるとなった。しかしそのなかで、生きるうえでもっとも大切なものを見失ってしまっていた。低成長経済の現代になってやっとわかってきた■人間生活と自然とのすばらしい調和。土地に対する深い愛情。先祖代々受け継がれてきた日本人の美しい心。営々と耕して天に至る、血のじむ苦労から生まれた豊かな経験。自然と共に生きる知恵。自然の恵み、大地の生命、一粒も余さず喜びと共にいただく食の倫理。それらはどこかに置き去りにされてしまった。そうした大切な生き方を育んでくれた農村は、近代化の波から取り残されてしまった■先祖代々の水田は休耕田となり、荒れてゆく。これではよいのか、日本農業、農村。

理事長 高橋 一雄

□特別養護老人ホーム ぶなの園

□デイサービスセンター ぶなの園

□ホームヘルプステーション ぶなの園

□西和賀介護相談室

西和賀町沢内字太田2地割135番地

電話 0197-85-2322

FAX 0197-85-2317

Eメール bunanosono@swc-yasuragikai.or.jp

□高齢者生活福祉センターかたくりの園

西和賀町沢内字大野17地割140番地1

電話 0197-85-3388

FAX 0197-85-3389

(発行・編集)

社会福祉法人やすらぎ会

広報委員会

平成24年6月16日～9月10日

【ご寄付】

- ・湯澤義晴様
- ・黒淵勇様
- ・和泉チサ様
- ・匿名様
- ・岩手県理容生活衛生同業組合
北上支部沢内地区様

【ご寄贈】

- ・佐々木信男様
- ・鈴木礼子様
- ・三浦武一郎様
- ・藤田重信様
- ・石川隆男様
- ・羽柴ヨリ様
- ・大澤春美様
- ・山中幸子様
- ・沢内小学校様
- ・西和賀町婦人連絡協議会様
- ・西和賀町商工会女性部様

【ボランティア等】

- ・泉沢婦人会様
- ・太田婦人会様
- ・若畑婦人会様
- ・どれみの会様
- ・おはなしキラキラ様
- ・西和賀消防署様
- ・佐々木エリ子様
- ・高橋千鶴子様
- ・照井悦子様
- ・照井國雄様
- ・羽柴歩夢様
- ・高橋昭士様
- ・高橋和子様
- ・深澤ノリ様
- ・高橋セツ様
- ・小野寺百合子様
- ・腰い亭駒子様
- ・眞園みほ様

あたたかい善意を頂戴し
厚くお礼申しあげます

表紙の写真

この夏かたくりの園では、利用者の皆さんの想いをお聞かせいただくために「傾聴」を実施しました。やりたいこと、行きたい所、あるいは「○○できるようにになりたい」など個々の希望(ニーズ)を職員が知ることで、かたくりの園のご利用だけでなく、これからの暮らしがより楽しくなるはずです。今後もお一人お一人の声に耳を傾けてまいります。



収穫の季節です。金色の稲穂が風で波打ち、その海原を往来するコンバインは大きな大きな船のよう。きれいに刈り取られたあとの田んぼは土とワラが鮮やかなコントラストを形成し、農家の方々の気持ちと同じように、田んぼも大きな仕事を終えてほっとしている表情に見えてきます。そして香り。嗅ぐだけで身体がチクチクしてきそうなワラの香りが何とも落ち着く。西和賀の秋を感じる香りです。同時に、間もなく突入する長い季節のことも感じさせてくれる香りです。

W・T

編集後記