



元気に育ってめんこいなあ〜（P8をご覧ください）

# やすらぎ

題字：高橋ノブさん筆（特養住民）

No. 65

2014 秋号

平成26年9月25日発行

## 主な内容

ぶなの園住民の健康を祝うつどい	P 2
大道芸岩上敏一さん来園	P 3
茶飲みばなし『昔のお盆を懐かしむ』	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

# ぶなの園 住民の健康を祝う集い

夏が終わり、今年も「住民の健康を祝う集い」の時期がやってまいりました。開催日の9月17日には、町長はじめ多くの皆様よりご祝辞、祝電を頂戴し、また記念品等も沢山いただき、ぶなの園住民の長寿と健康をお祝いしました。祝賀会のステージには、昨年度やすらぎ会開設15周年記念事業で民謡をご披露いただいた小松会の皆様にも再度ご出演いただきました。15周年は別会場での開催だったのでいつかぶなの園でも披露してもらいたいと考えていたの



日本一にも輝いた「小松会」の皆さんの郷土民謡



## 納涼お楽しみ会

西和賀の夏は短くて、お盆を過ぎたとたん朝晩肌寒くなってきました。ぶなの園では、その短い夏の間に夕涼みを楽しんでもらおうと、毎年8月上旬の夜に花火大会を実施してきました。

今年8月7日の夕食後「納涼お楽しみ会」と称して、スイカ割りやメインに企画。綿あめコーナーを特設して緑日の雰囲気を出しながら、特養住民や職員、地域の小学生にも参加してもらって行ないました。

どっしりと大きなスイカを参加者の輪の真ん中に置き、目かくしをして手には子ども用の木製バット。まずは小学生が挑戦し、何度かスイカにヒットしましたがなかなか割れず…。次に特養住民が思いきりバットを振り下ろすも、やはり割れず…。職員が本気で挑んでようやく半分まで割れました。かなり手ごわい相手でしたが、最後は包丁できれいに切り分け、皆さんで美味しくいただきました。

スイカを食べながらゆつくりと花火を楽しみ、夏の夜を満喫できたひとときでした。



こんな姿に…



ねらいをさだめて思いきり！



スイカ片手に花火、夏です



世界に1つオリジナルドラム

## これぞ“手作りの笑い” 大道芸 岩上敏一さん 来園披露

ぶなの園に大道芸人がやってきた！芸を披露してくださったのは岩泉町の岩上敏一さん(71)、県内の福祉施設等を900カ所以上まわっているようで、お越しいただいた8月19日は、西和賀町内の施設3カ所を訪問すること。手作りの派手なかぶり物を頭に付けて唄を披露したり、太鼓を叩いたり。見たことのないような芸で利用者の皆さんを楽しませていただきました。また、岩上さんは岩泉消防団の初代ラッパ隊長を務められていたようで、消防演習のラッパ演奏の披露もありました。この日はちょうどホーム喫茶の開催日だったので、利用者の皆さんはコーヒーやジュースなどを飲みながらゆつくり鑑賞し、アンコールの声もあがるなど大盛り上がりでした。目標は1,000カ所訪問という岩上さん、とにかく人を楽しませたいという気持ちで伝わる、温かい大道芸でした。



独特の芸に大笑い

## かたくりの園敬老会

かたくりの園の敬老会は9月9～11日の3日間で開催。町内保育所の子どもたちや婦人会の方々が余興等で盛り上げてくれました。11日に通所された吉田ハチエさんはこの8月に101歳を迎えており利用者最高齢。皆さんにお祝いの言葉をかけられ、素敵な笑顔で応えてくださいました。

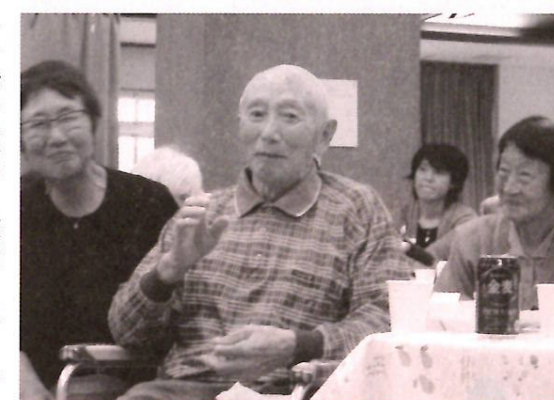


祝福のケーキは超特大！

## 吉田ハチエさんが百一賀

ですが、翌年の健康を祝う集いで実現できたことは本当に有難いことです。張りのある唄声とお囃子は住民の皆さんの心に響き、きつ

と明日へのエネルギーとなったことでしょう。多くのご来賓やご家族の方々が来園して下さり、賑やかで楽しい集いとなりました。



家族に囲まれとびきりスマイル



時間を忘れて楽しみました



たかはらてるおさんのライブ

# 今年は晴れた ☺ 2014 やすらぎ会夏祭り

### 【天候の心配なし！数年ぶり…】

夏祭り当日は朝からイイ天気。天候の心配をせずに当日を迎えたのは数年ぶりでしょうか…。夕方からの開始に向けて準備を進める職員の表情も澄み切っておりました。

### 【初のプレオープニングライブ】

シンガーソングライターたかはらてるおさんのご厚意により、祭りスタートの30分前からプレオープニングライブ！もちろん初めての試みです。たかはらさんは2年前にやすらぎ会文化祭のステージにも出演していただいております、今回も素敵な歌声とギターを披露してくださいました。会場のテンションは一気に祭りモード！



大人気の金魚すくい

### 【永年の貢献に感謝して】

西和賀町消防団ラッパ隊の演奏で華々しくスタートした今年の夏祭り。冒頭には理事長から2名の方に感謝状が贈呈されました。さんさの歌い手として毎年ご協力いただいている高橋昭士様（太田）、そしてぶなの園開設当初から夏祭り実行委員長を数年間務めていただいた高橋正慶様（長瀬野）。やすらぎ会夏祭りの歴史を築いてくださったお二方に心から感謝です。



感謝状を受取る高橋昭士さん



司会の姿も夏らしく

### 【ステージ、さんさ、そして抽選会】

祭りの中盤はたかはらてるおさんと演歌歌手の雪姫子（ゆきこ）さんによるステージ。お二人とも秋田在住（横手と大曲）とのことで、親近感ありありのトークと歌で会場を盛り上げてくださいました。さんさ踊りや抽選会でも最高の笑顔がたくさん見ることができ、思い出に残る夏祭りになりました。ボランティアとしてご協力いただいた皆さん、ご来場くださった多くの皆さんに改めて感謝申し上げます。



ボランティアの皆さんと一緒にさんさの輪の中へ

## やすらぎ会文化祭

# 10月25日(土)開催

楽しいステージと心のコモった作品をぜひご覧ください。

詳しくはひかり放送等であらためてご案内いたします。

### 「みんなで来てけろ！」

## ナマの芝居を堪能

銀河ホールで9月7日に開催された地域演劇祭に、4名の特養住民がでかけ観賞してきました。初めて銀河ホールに入った住民もおり、まずは本格的な舞台の雰囲気を感じ。お芝居の観賞後、畠山吉治さんは「ずっと一人で出ている演劇が素晴らしい」と感動して話しておりました。芸術の秋を楽しんでいただくことができましたようです。



芸術の秋だね～

## 夏はやっぱり



夏の定番、かき氷。かたくりの園では、8月上旬に利用者の皆さんでかき氷を作って食べるのが恒例となっています。作るマシンは電動ではなく、板氷を挟んで大きなハンドルを回す手動式。昔ながらの製法できめ細かく削られた氷にかけて爽やかにいただきました。見た目も涼しく大好評、夏はやっぱりコレでしょ！



冷たくて甘くてサイコー♪

## ある日の茶飲みばなし ● 昔のお盆を懐かしむ ●

### 語り合った皆さん

- ・赤石 ミヨさん
- ・高橋 ノブさん
- ・佐々木キエさん
- ・村上 貞男さん
- ・有馬 光夫さん
- ・南川 トミさん

お盆には墓参りのために、コガネの花つこを大野々まで採りに行ったもんだ。ミソハギの花つこも一緒に供えると、とつてもきれいなもんだ。お墓にはビスケットやところてん、果物を持って行った。とつてもきれいなもんだ。お墓に切りにして、串に刺して仏様にあげたりもした。



話しが盛り上がって止まらない…

「お盆といい、正月といい、とにかく忙しかった」と懐かしむ女性陣。一方男性陣に尋ねると、控えめに「毎日酒飲みよお」と苦笑いしておりました。



くりの渋皮にはタンニンと呼ばれるポリフェノールの一種が含まれており、高い抗酸化作用があることで知られています。活性酸素を除去してくれるので、癌を予防する効果が期待されています。熱量は果実類で1番。効率の良いエネルギー補給食品といえます。たんぱく質・ビタミンA・B1・B2・C・カリウム、そして食物繊維も豊富。また現代人に不足している必要不可欠な微量元素、亜鉛も豊富です。亜鉛が不足すると味覚障害、生殖機能の減退、肌荒れ、抜け毛などが症状に出るとされています。腎臓虚弱の改善、腰や膝を丈夫にする、むくみを取る、胃虚弱による慢性の下痢を改善する、筋肉や骨の痛みを軽減する、身体を温める、血液の循環をよくする、止血作用、肌の調子を整える、など様々な効果が挙げられます。

吉田栄養士の  
**なるほどまめ知識**  
10  
今回の注目食材…『くり』

くりの効果・効能

【材料】  
くり……………20粒くらい  
お米……………2合  
塩……………小さじ1  
お酒……………大きじ2  
みりん……………大きじ2  
だし昆布……………10cm位くらい

【作り方】

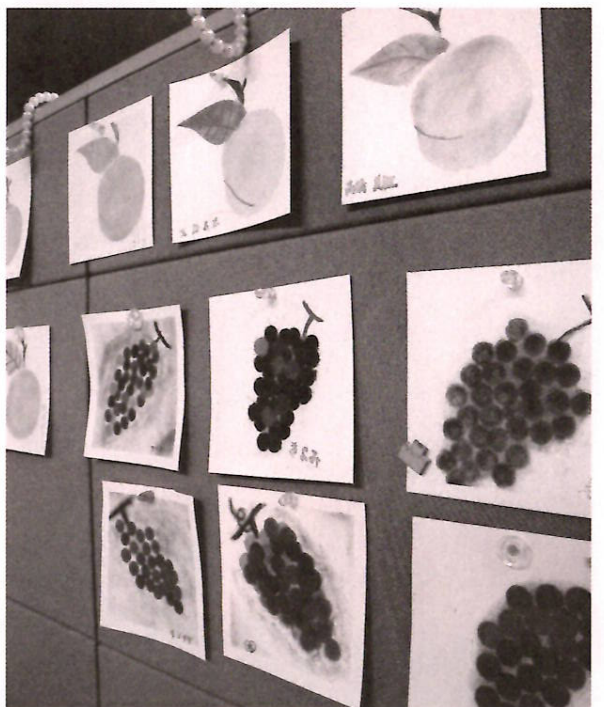
- 1、くりの皮を剥く。(ぬるま湯につけておくか熱湯で3分ほど茹でると剥きやすい)
- 2、炊飯釜に研いだお米と2合分の水、調味料を入れる。
- 3、ひと混ぜしたらくりとだし昆布をのせてスイッチオン。(くりは半分は切ってもOK)
- 4、炊きあがったら茶碗に盛りつけ、お好みで白こまをふりかけどうぞ。

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『パステルフルーツ』



インストラクターの先生にボランティアでご指導いただきながら取り組んでいるパステル画。今回は、実習で西和賀高校から来ていた生徒さんと一緒に、フレッシュな果物をそれぞれの色使いで描きました。パステル特有の濃淡をつけることで紙からこぼれ落ちそうな立体感とみずみずしさを表現し、やすらぎ会文化祭にも出展する予定です。ぜひご覧にいらしてください!

あしあと  
法人の主な動き

- 【6月】
- 2日 課長会議
  - 3日 出張理容
  - 5日 献血車来園
  - 11日 さなぶり祭り
  - 12日 住民心電図検診
  - 13日 住民心電図検診
  - 15日 家族会環境整備作業
  - 17日 ホーム喫茶
  - 19日 中長期計画策定委員会
  - 20日 入所検討委員会
  - 27日 西高介護職員初任者研修オリエンテーション
- 【7月】
- 1日 辞令交付
  - 2日 課長会議
- 【8月】
- 3日 七夕祭り
  - 7日 腰痛予防学習会
  - 8日 流れ星定食
  - 8日 出張理容
  - 9日 西高介護職員初任者研修
  - 11日 防災総合訓練
  - 22日 衣料品出張販売
  - 23日 西高介護職員初任者研修
  - 26日 やすらぎ会夏祭り
  - 28日 出張理容
  - 29日 西高介護職員初任者研修
  - 30日 法人実地指導監査
- 【8月】
- 1日 住民結核検診
  - 5日 法人内部監査
  - 7日 出張理容
  - 7日 納涼お楽しみ会
  - 8日 メンタルヘルス学習会
  - 13日 お盆メニュー
  - 19日 ホーム喫茶
  - 21日 大道芸来園披露
  - 21日 課長会議



「ヘイトスピーチ」と言えば在日外国人への非難行動であるが、ネットだけにとどまらず、街頭デモや最近ではサッカーJリーグサポーターの「バナナを振る行為」等々が話題になっている。国連の人種差別撤廃委員会から勧告を受け、国では本腰を入れて対応を検討し始めている。しかし、この勧告に沿った規制も手放しで喜んではいられない事情があるのか…。なぜなら、「反原発デモ」なども国は規制対象にするのではないかと懸念があるようである。根本的にデモの中身が違う。一方は人命・人権を守るべきデモ、ヘイトスピーチを伴ったデモは人権をないがしろにしていることは誰が見ても明白である。最近では当たり前のことがうやむやにすり替えられてしまうことが多く、悲しいことだ。■本当の意味の「表現の自由」とは何か、今一度考えてみたい。

施設長  
平川 綾子

□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26年6月11日～9月11日

【ご寄付】

- ・猿橋重一様
- ・平川縫子様
- ・理容組合北上支部沢内地区様

【ご寄贈】

- ・西和賀町婦人連絡協議会様
- ・渡辺昭治様
- ・藤田重信様
- ・小野寺悦子様
- ・大島和久様
- ・高橋和夫様
- ・菊池正見様
- ・玉泉寺様
- ・大島商店様
- ・新田富子様

【ボランティア等】

- ・どれみの会様
- ・泉沢婦人会様
- ・太田婦人会様
- ・猿橋さくら会様
- ・おはなしきらきら様
- ・佐々木エリ子様
- ・照井悦子様
- ・ぶなの園家族会様
- ・高橋セツ様
- ・高橋昭士様
- ・高橋和子様
- ・山中紅子様
- ・橋本舞踊劇団様
- ・内の沢婦人会様
- ・鍵飯婦人会様
- ・川舟婦人会様
- ・新町保育所様
- ・せんだん保育所様
- ・川舟保育所様

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

プランターで育ったナスやミニトマトを優しく見つめている高橋カヨさん。太陽の光を浴び、わずかな土から水と栄養を吸い上げて少しずつ大きくなっていく野菜たちが可愛くてしかたないようです。デイサービスぶなの園利用者の皆さんが育てているこの小さな菜園。みんなの心の癒しです。



編集後記

この夏、西和賀の話題の中心となったのがマイマイガの大量発生でした。外灯にたわむれるマイマイ、地面でパタパタしてるマイマイ、電柱を埋め尽くし巨大きりたんぼ風にしてしまうマイマイ…、記憶から離れませんか。ようやく姿が見えなくなった秋、暖を求めて次はあの集団がやって来る。そう、堂々と不法侵入してくるカメムシです。きつとマイマイガが大活躍した情報は耳に入っているのですが、負けずに大暴れすることでしょう。

W・T