

桐鈴凜々

各施設での豆まき行事のご報告!!

各施設で節分行事が行われました。今季の悪い事は今季の内に追い払いましょう!

「ケアハウス鈴懸」では、2月2日に食堂で豆まきを行いました。今年も新聞紙をゴルフボール程度の大きさに丸めて、鬼になった職員にぶつけて楽しみました。

ストレス発散になったことと思います。今年が良いことがありますように……



「桐の花」では、職員扮する鬼2人に、ほとんどの方が思い切り新聞豆(玉)を投げつけていました。2人とも背が高いので迫力満点!、怖がる入居者もさんもしました。

桐鈴会の理念

- ・終のすみかを目指す
- ・「迷惑をかけ合える関係」を目指す
- ・高齢者、しようがいしや、子どもたちが安心して住める地域を創ろう



3/25(土)まで

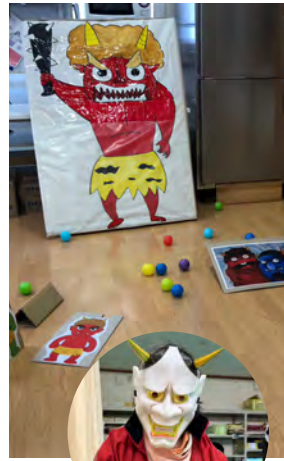
毎週土曜日 11:00-14:00 開催!

数量限定 10食

あったかランチ ¥600(税込)

毎週替わる あったかスープ
とんとんのパン食べ放題(肉種別)
サラダ付 ※+150円でドリンクも付きます

新潟県南魚沼市浦佐5143-1
025-780-4150



「工房とんとん」では、昨年同様紙で作った大きな鬼と小さな鬼めがけて、プラスチックボールを投げつけました。それぞれのやり方でそれぞれの思いをのせ、思い切り鬼退治を楽しみました。

自分の中の悪い鬼を退治できたとおもいます！

今年も良い年が過ごせるように願っています！

「グループホームおひさま」では、入居者さんと一緒に恵方巻を食べました。

南南東を向きながら、おいしく頂きました。利用者さんの声です。

グループホームおひさま

入居者 井口恵子さん
恵方巻おいしかったです。みんなど食べて嬉しかったです。豆まきもして楽しかったです。チョコレートやお菓子も拾えて嬉しかったです。悪い鬼をおいだし

入居者 水落幸子さんのり巻き美味しかったです。たくさん豆やチョコを拾いました。楽しかったです。



夢草堂と私

行方ヒロ (浦佐田町在住)

桐鈴凛々147号で、黒岩卓夫さんが夢草堂について書いた文章を読んだ考えた。「私の新しい人生は夢草堂から始まった」と。

診療所で、卓夫さんから夢草堂の運営委員をしないか、と提案され、大喜びでその提案に乗った。夢草堂運営委員会の会議が開かれて、秩子さんから、「委員の人が一つずつ企画を出そう」との呼びかけがあった。私はさっそくその提案に乗って、以前からたしなんている抹茶会をすることにした。仲間を募ったら、10人ぐらいが賛同してくれ、夢草堂をお茶の間に变身させた。たまたま夢草堂には、黒岩卓夫さんの屏風(剣持越峰書)があることを知っていたので、倉庫からかなり重たい屏風を運び出して、それをバックにお茶がたられるように会場を作った。うちの庭からも種々の花を持ってきたが、仲間たちも持ってきてくれて、会場には花の香が漂っていた。

お茶会の当日、仲間たちはみな着物を着て集まった。桐鈴会の方々は、鈴懸や桐の花の入居者さんたちが次々に現れて、玉屋さん

の「越の初雪」を食べた後、抹茶をたしなんんでいた。黒岩卓夫さんも往診の合間に来て、抹茶をたしなみ、仲間たちとカメラに収まってくれた。

その後、私は、桐鈴会の評議員や、夢草堂運営委員として、お手伝いを始めたら、世界が違って見えるようになってきた。私の新しい人生がここから始まっていたのだと、考えるようになっていた。



みなさんお疲れさまでした



退職の挨拶をいただきました



小澤俊子さんの退職

桐の花 小川明子

勤続16年の長い勤めを終えて、昨年末、家庭の事情で退職されました。

きちんとした仕事をする小澤さん、新人さんが入職すると、事細かに指導してくれました。季節の行事などは、この地域の慣習を教えてくださいるので、雰囲気やだすのに大助かりでした。

何よりも有難かったのは、お花を飾ってくれることです。季節のお花を出勤時に持って来て、生けてくれるのです。珍しいお花もあります。道端に咲いているような花も一輪挿しに可愛らしく生けてくれます。玄関もリビングもトイレもその花のおかげで、明るく

なります。入居者はその花を見ながら、季節を感じたり、それにまつわる思い出を呼び起こしたりして会話を楽しんでいました。職員も可愛い花に癒されていました。長い間、お疲れさまでした。



工房とんとん

原澤 綾

まさか自分が障がい者支援に関わる仕事をするとは思っていなかった3年前。きっかけは専門学校の保育実習

で、工房とんとんに来たことでした。学校を卒業して3年間、工房とんとんで、たくさんの事を学び、経験させていただきました。どのように伝えれば思いが伝わるのか。言葉のない方の気持ちはどうやって引き出そうか。どうやったら気づくことが出来るのか。

朝から元気な利用者さん達にエネルギーを注入されながら過ごした日々は忙しく、悩むこともありましたが、それ以上に楽しくて笑顔が絶えない毎日でした。

自分は本当にたくさんの人から支えてもらって今、この場に立てていると改めて感じています。

自分が皆さんから頂いた優しさを、次は自分が誰かの力になれるようにこれからも頑張って行きたいと思います。

3月末日で退社となります、みなさま大変お世話になりました。



工房とんとん

更家 巧

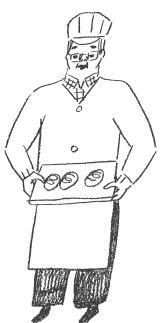
2月末日で退職となります。

最後の3か月は、思いもよらない生活介護班での勤務でした。

自分の予定より退職時期が延びましたが、とても貴重な経験となりました。本当にありがとうございました。

正しく作って美味しいパン、サンドイッチを提供しようと、いろいろチャレンジもし、新たな発見も多々あり、とても楽しく働けました。パンの知識、技術がかなり向上できました。

この経験を次に生かして頑張りたいと思います。



去年の2月に大学の女子卒業生の団体「さつき会」のブログに、桐鈴会のことをサラッと書きました。そうしたら、一人の読者から、反応がありました。

山形にお住いの精神に障がいを持っていての方でした。何回かやり取りする中で、私は自分の著書「ヘンテコおばさんと子どもたち」を彼女に送りました。その中に精神に障がいがある人のことがいくつ

か書かれているからです。そうしたら、「怖くて読めない」とのお返事。それも理由がよくわかるのです。以前、「さつき会」の集まりに参加した時、精神に障がいがあると話したら、元衆議院議員だったHさんから攻撃されたのだそうです。このHさんという方は有名な攻撃力の持ち主で、さつき会を彼女から守る方法を色々工夫してきている、そんな方なのです。

ところがです。彼女は果物のコンフィチュール(砂糖で果物を煮たもの)を作るのが趣味で、作ると送ってくださるのです。リンゴ、モモ、キューイ、伊予柑などを瓶に詰めてきれいに包装して、送ってく

ださるのです。その瓶をお返ししたほうがいいと思いい、そのついでに、とんとんの米粉サブレを一緒に送ったのです。そうしたら、こんなにやさしい味のお菓子を作るところを経営しているのであれば、信頼できる、と思ったそうです。それで、「ヘンテコおばさん：」を読み始めたのだそうです。米粉サブレの力、素晴らしいです！

そのうち、読後感が届くであろうことを、楽しみに待っているところですよ。



紅茶



抹茶



プレーン



ココア



黒ごま



新潟大学地域医療教育センター
魚沼基幹病院

2F セブンイレブン前にて



工房とんとんのパン

毎週水曜日 13:30~
発売中!



桐鈴会からの お知らせ

△後援会年会費▽
法人：一口 一万円
個人：一口 二千元
連絡先・・・ケアハウス鈴懸
〒949-7302
新潟県南魚沼市
浦佐5142-1
☎025-780-4118

後援会入会案内

日頃より社会福祉法人「桐鈴会」をご支援いただき誠にありがとうございます。
是非とも皆様からのご理解・ご協力を賜り、今後も地域に根付いた社会福祉法人として頑張っていきたいと思っております。(後援会費は主に建物修繕・入居者、利用者の福祉用品等に充てられます。)
入会できる方は是非ご連絡ください。(途中での退会もできます。)

桐鈴会 各施設職員募集中!

現在、お手伝い頂ける方をたくさん募集しております。

詳しくはコチラまで

お気軽にご連絡ください。

社会福祉法人桐鈴会

☎025-780-4118

ゆうゆうクラブお楽しみ会

山岸トヨさん

皆で一緒に楽しみました。

毎月一回の鈴懸ゆうゆうクラブお楽しみ会。12月は丁度クリスマスが開催日となりました。

さて、何を？どんな風に？身体の不自由な人も、元気な人も一緒に出来る事は無いかと考えて居た時、テレビで空のペットボトルと生クリームだけで簡単に出来る「手作りバター」を紹介していました。これなら出来そうと思い「手作りミニパーティ」を計画しました。2本のペットボトルに生クリームを入れ歌声に合わせて、皆で代わ



る代わるペットボトルを振るだけ。出来上がったバターをビスケットに乗せ温かい紅茶と一緒に頂きました。

バターがこんな簡単に出来ることにビックリ。その味の美味しいのにもビックリしました。

皆さんも、ご家族の方と手作りバターに挑戦してみても如何ですか。

△手作りバターレシピV

(材料)

- 空ペットボトル 500cc
- 純正生クリーム 200cc
- ・乳脂肪分 45%以上
- ・乳化剤、安定剤の入らないもの。
- ・動物性のもの

(作り方)

- 生クリームは良く冷やして置く。
- ボトルは洗淨し乾かして置く。
- ボトルに生クリームを入れ振る。ひたすら振る。1〜2分でホイップ状になるが、其のままひたすら振ると塊になるがさらにふる。振る力にもよるが10分〜15分でパシャッと音がして固形と液体が分離する。分離してからも30秒位振って出来上がりです。

ボトルのキャップを開けて液体を容器に出す。此の液体はホエイと言って大切な栄養素が入った液体です。ドリンクにしたり、料理に利用したり上手に使いましよう。塊りは、ボトルを切つて別の容器にだす。これが添加物不使用の「無塩手作りバター」です。召し上がれ。

エンジョイニングゲーム

鈴懸では毎月1回食堂でおひさま勤務の岡田としいさんよりゲーム・歌・モノづくり等をして入居者に楽しんでもらっています。



多門青年団表敬訪問

3月3日、

多門青年団員2人が鈴懸に表敬訪問に来てくれました。



例年 10人程度の青年団員が訪れ押合いのパフォーマン

スをしてくれましたが、コロナにより、ここ3年は福餅の配布という形になっていました。今年は祭りの規模縮小ということではあります。一通りの事を行うそうです。

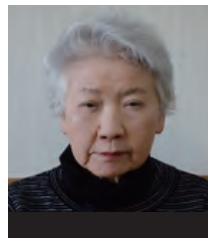
来年はコロナの収束で元通りの開催を願ってやみません。



入居者紹介

ケアハウス鈴懸

上野トキ子さん



^ 故郷に戻って
私は旧小出町の生まれです。

若い頃、父の友人の紹介で東京「東京大学東洋文化研究所事務室会計課」という所で働いておりました。

結婚を機に退職しましたが、今でも職場への感謝の気持ちは変わっていません。

夫は三重県出身の人で東京で結婚生活を送りましたが、「東京は働く所で住むところではない。」が口癖の人で、定年退職後は気候も温暖な静岡に移り住みました。温泉付きのマンションで大変快適でした。二十数年暮らしましたが、夫が体調を崩す事が多くなり訣別の日を迎えてしまいました。一人になり、悲しく辛く泣いてばかりいて10キロ痩せました。亡くなった人の事ばかり考えていても仕方がないと解っているのに…。あと何年したらまた共に眠れるのかと今な

お思います。

一人暮らしになった私を心配して小出に住む弟が故郷に帰って来ればと言ってくれて戻って来ました。雪国が嫌で上京したはずがまたこうして移り住むのも何かの縁と思います。

出かけて帰ってくると雪まみれのオーバーコート。手袋まで濡れそぼっており、こんな時「ああ、雪国って嫌だなあ」と思いますが、それを達観していた母を偉いなど思いう出しております。

これからは弟家族の近くの鈴懸での生活を楽しんでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

新人職員紹介

工房とんとん

小西綾子



1月から、とんとんの生活介護班に入りました。

9年半程、八色園(老人ホーム)で働いていました。障がい福祉や重身の方との

関わり、知識など全く無く、一から色々と学んでいけたらと思っております。

私自身、ダウン症の子を持つ親です。少しでも利用者様や、親御さんの力になれたらいいなと思っています。

沢山ご迷惑をおかけしてしまうかもしれませんが、よろしくお願ひします！

理事長 黒石秩子

からのご報告

2月13日、次女宅のベランダより落下、基幹病院へ緊急入院となりました。

その日は、次女宅で春巻きを作っていました。具を冷まそうとベランダに行き、薄暗がりの中、一足踏み出したら、そのまま転落。

右足だけで体重を支えたので右足首骨折、それと左肋骨に3本ヒビがはいりました。

落ちた後、階段をかけ上がり、どうなったか確かめにいききました。たまたま家にいた孫(高3)が来て、冬は板を外す事

を聞きました。

珍しい骨の骨折だったので、落下後に階段を上れたと言いうことから、手術をしないで装具をはめる処置ですみました。

松葉杖での歩行特訓を行い、退院の頃には松葉杖が不要になることを目指しています。

順調すぎるほど、順調に回復し、3月14日には退院を致しました。思ったよりも軽傷であり、不幸中の幸いでしたが、あつという間の1カ月。読書三昧で充電させていただきました。

皆様にはご心配をお掛けしました。





私が自分の障がいの特性でかなり悩まされたのは、目の前の出来事を記憶できない事でした。短期間の記憶に関する能力が弱いので、学校などで先生が教えてくれる『お手本』が一切覚えられないのです。私は三十代に発達障がいがあると分かったので、当時自分とそういう特性があると知らないまま俳優育成の学校に進学したのですが、ダンスの授業で教師がした『お手本』の動作をひとつも覚えら

れない事態に陥りました。歌唱や芝居の授業はまあまあ出来たのですが、ダンスは目で覚えなければならぬ部分が多く、映像で物事を記憶するのが苦手な私は非常に困った覚えがあります。

そして数年後、私は踊ること自体は趣味程度で続けてきました。そこでふと気付いたのですが自分の踊り方はロボットダンスみたいなカクつき、動作から動作への『詰まり』がある事に気付きました。目視

で『お手本』を記憶する能力が弱いという事は、映画やテレビの映像を連続写真でしか認識できていない状態に近いのではないかと推測したのです。だから『お手本』に関する一連の映像が何枚も抜け落ちているのではないかと、そしてその足りない情報を私はインプットし、身体がアウトプットすれば、それはやはり幾つもの動作が抜け落ちた動きになって、コマ送りや連続写真のような動作に繋がるのでは？だから私はダンスの動きが出来ないのではなく、脳がギリギリ記憶できた分の情報だけを、身体で完

壁に再現していたのではないのでしょうか!? こういった現象を、「認識と現実での誤差がある」と表すようなのですが、それを実体験としてまあまあ言語化できて、長年の謎が解けたので、めっちゃ嬉しかった私なのでした。



< 春の日 >

少し心の傷が癒えた春の日
 陽射しのあたたかさに
 冬がまるでウソのように思えて
 病院から退院したような
 外の空気に懐かしさを感じる
 色々あった冬は嘘ではなく
 足跡を残せた
 散歩で身体をつかっていた
 新しい人達と出逢い
 慣れるまでみんな大変だったと
 思うけど
 乗り越えて仲良くなれた
 自分より大人な人達ばかりで
 自分に足りないものを
 多くもっている人達で
 でもそれで良い
 自分は自分
 自分にもその人達にないものが
 あるかもしれない
 言葉では表現できないけれど
 わからないけど、、、
 春の陽気に街の人々は
 外に誘われるように
 散歩をして
 花 草 道 路 空 気 空
 様々なオモイを感じ
 過ごしていると思う
 これからも色々あると
 思うけれど
 楽しく生活しているよ
 人の気持ちはやっぱり
 わからないけれど
 自分は気持ちに正直に
 素直で
 自分をみうしなわないように
 笑って生活している
 そんなことを思ったある春の日

<詩の提供> 梅沢将大

白菜とアサリの煮びたし



〈材料〉

白菜600g
むきアサリ100g
人参50g

〈作り方〉

すべてを鍋に入れます



酒100cc、醤油は好みの量入れて加熱
※水は白菜から出てくるので入れなくても良いです



人参に火が通ったら出来上がりです



※写真イメージです

桐鈴画廊

編集後記

桐鈴会が運営する各施設をご利用いただいている皆様の活躍・活動をお知らせします。皆さんの新しい側面を再発見してみてください。

ありがとう

ありがとう気持ちを込めて
一緒にいてくれて自分に希望、
夢をくれて自分に笑顔をくれて
感謝の気持ちを忘れない
心から気持ちを込めて
ありがとう

<詩の提供> 高野美代子



いつもの冬であれば、朝の暗いうちから除雪車の音で目が覚め、窓から積雪具合を見て、雪かきに出ていたが、今年はどうも積もってニュースになった時以来、ほんの数える程しか出ていない。なので、家の周りの田んぼにもその積雪は多くない。ただ家の横には屋根から落ちた雪がまだかなり高くなっている。寒さが厳しくなる前に裏に避難させた可愛い鉢植えがどうなっているか、はやく見たいがために、休日は一人で家の脇に積もった雪をどかしている。それも休み休みというところ、もう少しかかりそうだ。

今年は雪解けも早く、植物達が顔を出すのも、きっと早いだろう。私はバラ科の花が好きで、ベリリー類は前から育てているが、去年は懐かしい思い出の梅の鉢植えを買ってみた。ちなみに梅の花もバラ科である。梅の花が開花した時の何とも言えない香りが生まれ育った家の風景を思い出させてくれる。

梅の鉢は少しでも早く愛でたいと、取り出しやすい場所に避難していたので、先日玄関に移動できた。これからは毎日枝を眺めニンマリする事でしょう。

(桐の花 小岩幸子)