地域福祉活動情報紙　No.4

なばりんく　10･11月号

ふれあい活動（夏）
通所介護事業所「ふれあい」

まちびと探し

今月の
まちびとさん

やまもと　しげき
山本 茂樹さん（82）

台風12号の影響が心配された中、見事なまでの晴天に恵まれ行われた国津小学校の稲刈り。全校児童34人の同小学校は豊かな自然に囲まれ、地域の人々との交流も盛んに行われてきた。そして教科書では学べない体験型の授業の一環として、子どもたちに一からお米作りを指導しているのが山本さんだ。この活動を行っていた先人の方が亡くなったのを機に活動を引き継いで3年程になるという。元々旧国津小学校の裏に自宅があり、子どもの元気な笑い声を聞きながら暮らしてきた山本さんは、少子化の流れとともに村から子どもがいなくなってしまうのは寂しく、地域の活性化のためにもとこの活動を続けている。

山本さんは「お米を作るという作業は日本人として一番大切な作業。食べ物に恵まれた時代に生まれた今の子どもたちは、食べられるというありがたみを実感する機会がなかなかない。だから子どもたちは日本の主食であるお米を、一から育てて食べられるようになるまでの長い道のりを通じて“食べること”とは“生きること”すなわち命の源なのだということを学んで欲しい」と話してくれた。

また、お米を作ること以外にも地域の語り部として、衣食住に苦労した戦争当時の話や人を思いやることの大切さを子どもたちに伝えていきたいと笑顔で語ってくれた。

※国津小学校お米作り体験の記事を2ページに掲載しています。

地域ピックアップ！　国津小学校のお米作り体験

国津小学校（児童34人）では、「地域から学ぶ」という総合的な学習のなかで「人とかかわる、物とかかわる」学習でお米の大切さや作る苦労を教えてもらうため、5月13日の田植えから収穫までの一連の活動を地域の方々に協力してもらいながら学習をしている。9月8日は学校の近くの水田で地元農家の山本さんと池田さんから指導を受け、晴天の中コシヒカリの収穫をした。本校恒例の「田楽アート」は3月11日の東日本大震災を受けて被災地のみなさんへの連帯の気持ちを表すとともに、自分たちももう一度「生きる」ことの意味を考える1年にしようと「生」の字を浮かび上がらせ、その中に「ガンバレ」のメッセージも作成した。台風12号の影響で少し稲が倒れたものの収穫に大きな影響はなく、水田に長靴で入った児童たちは慣れない手つきで鎌を使って刈り取っていった。11月26日の収穫祭を楽しみに、稲はわらひもで束ねはさ掛けをした。収穫祭では地域の方たちに集まってもらい子どもたちの学習成果の発表のあと、みんなでおにぎりにして食べたり、餅つきの体験をさせてもらったりするという。

名張発！ボランティアバック　～東紀州～活動報告（第1便）

台風１２号で甚大な被害を受けた東紀州地域における災害復興支援活動の一つとして、ボランティアを募り熊野市での災害復興支援ボランティア活動を行ってきました。

第１便（９月１８日（日））には、名張市内外から２３歳から６７歳の男女２１名（職員２名含む）が参加しました。

早朝５時に名張市中央公園を出発し、８時３０分頃に熊野市災害ボランティアセンター（山崎サテライト）に到着し、参加者全員でのオリエンテーションを行い９時３０分から活動場所となった熊野市井戸町内へ移動し、活動を開始しました。

井戸町は、熊野市の中心街を流れる井戸川の氾濫により多くの家屋が浸水し被害が集中した地域でした。今回は、井戸川沿いの商店の庭に流れ込んだ大量の土石の泥出しと床下の掃除を二組に分かれて行いました。一日と限られた時間ではありましたが、参加者全員が共に助け合い泥だらけになりながら、庭に溜まった泥の殆どを出すことができました。

※第２便として９月２９日（木）にも２０名で熊野市でのボランティア活動を実施しました。

ボランティアリレーTalk!　トーク

西岡（にしおか）　徳幸（のりゆき）さん（６３）

今春、病院で手に取ったチラシが縁で「カッコイイじじいになろう」と県が養成した「ソフリエ」という認定を受けました。「ソフリエ」とは、“祖父”と“ソムリエ”をかけた造語で孫育てができる祖父のことです。講習では「離乳食作り」・「おむつ替え」・「沐浴」などの実習の他、親と育児方針などについて確認しあうなどのコミュニケーションの必要性についても知ることができました。定年退職した６０歳代の１５名が受講し、現在１２名が「ソフリエ三重」として県内で活躍しています。先日もイクメン事業の手伝いで昔遊びをして子ども達と一緒に楽しみました。おかげで８カ月になる初孫娘の守も一層楽しくなりました。今後は名張市でも「ソフリエ」の仲間を増やし活動していけたらと思っています。

また、１５年ほど前からストレス解消にと始めた陶芸は、今ではやなせ宿で作品展ができるようになりました。他にも無農薬の野菜作りなどをして定年後の生活をエンジョイしています。

※興味のある方は、ＴＥＬ６３－０５１６（西岡）まで！

音楽工房便り♪

「＊　旅愁　＊・・・・更けゆく秋の夜　旅の空に～♪」

秋らしくなってまいりました。いかがお過ごしでしょうか？読書の秋、食欲の秋…　　秋も深まれば、温泉や紅葉狩りなどの旅もいいですね。

ところで、旅先でふと淋しい思いをした事はありませんか？唱歌「旅愁」は、秋の旅先でわびしさを感じ、故郷や父母に思いを馳せる…　そんなしっとりとした曲です。原曲は、オードウェイというアメリカの音楽家の作品で、それを日本の詩人、犬童球渓（いんどうきゅうけい）が明治４０年に訳詩をしました。

原曲の題名は「夢に見るわが家、わが母」で幼時を慈しんでくれた、わが家、わが母を讃えたもので決して淋しい詩ではありませんでしたが、球渓は題名を「旅愁」と変え、異郷にあってわびしいままに故郷と父母に心を馳せるというものに変えました。秋のひと時を一緒に”唄いませんか“で過ごしてみませんか？

１０・１１月の
“みんなでいっしょに唄いませんか”

◆日時：１０月２５日（火）
10:30～11:30
◆日時：１１月２４日（木）
10:30～11:30
◆会場：名張市総合福祉センター
ふれあい
◆対象：名張市内在住の65歳以上の方
※参加費無料・申込み不要

☆地域開催

◆日時：１０月１４日（金）
13:30～14:30
◆会場：赤目公民館（赤目町丈六238-1）
※対象、参加費等同上

みんなで一緒に唄いませんか　薦原地域で開催しました。

「みんなで一緒に唄いませんか」を8月24日(水)に薦原公民館で実施しました。

42人が参加され、波の音を聞いて思い浮かべる曲名「うみ」「浜辺の歌」「憧れのハワイ航路」など昔懐かしい歌や、民謡の「花笠音頭」「東京音頭」「ドンパン節」を歌ったり、「ふるさと」を手話で歌ったりしました。初めての方ばかりで最初は緊張されていましたが、和やかな雰囲気になり、みなさん楽しく若返って歌われていました。

10月、11月、12月の介護者サロン“さくら喫茶”

開催日時・場所

- １０月　７日（金）比奈知公民館
  13：30～15：30
- １１月　７日（月）赤目公民館
  13：30～15：30
- 12月　６日（火）百合が丘市民センター
  13：30～15：30

上記いずれも
参 加 費：１００円

日頃、家族の介護をされている方、ちょっと一息つきませんか！

☆お茶、コーヒーや紅茶、お茶菓子等を用意してお待ちしています。

主催：名張市社会福祉協議会
協力：名張市家族介護者の会「楓の会」

教えて！あなたの母国料理　～サロンや地域の集まり、家庭で作ってみませんか

ヤムウンセン（さっぱり春雨サラダ）

《レシピ提供　野村　クリスナ　さん》

★タイの家庭料理です。是非お試しください。おいしいですよ！

材料(4人分)
- 春雨　100g
- 玉ねぎのスライス　1/2個
- キクラゲのスライス　1/2カップ
- 豚肉（ひき肉、豚バラ、小間切れいずれでも可）　100g
- エビ　8尾
- パクチー　（お好みにより）
- ピーナッツ、レタス、ネギ、セロリ、レタス、プチトマト　適量
- ドレッシング
  ナンプラー（しょう油で代用可）:大さじ2、レモン汁:大さじ2、小唐辛子の小口切り:小さじ1/4（もしくは鷹の爪の千切り:1/2本分）、ゆで汁:少々

『作り方』

①. 春雨は水に戻し、熱湯に入れて煮、水を切って適当な長さに切っておく。
②. 玉ねぎはスライスして水にさらしておく。
③. エビは背わたと殻をとり、豚肉は塩少々を振り食べやすい大きさに切る。
④. キクラゲは水に戻しスライスする。
⑤. ③のエビ、豚肉、④のキクラゲは湯がいておく。湯がいたスープは残しておく。
⑥. ピーナッツ・ネギ・セロリは細かく切っておく。
⑦. ドレッシングの材料をすべて合わせ、①と水を切った②と⑤と⑥を混ぜ合わせ、味を調える。（お好みで味の素・塩少々を入れる）
⑧. レタスを敷いた皿に⑦を盛り付け、半分に切ったプチトマトを飾ったら出来上がり！

レシピ提供・協力：ゆうあい日本語の会（同会は、主に外国人に対し日本語教室を開催し、学習指導を通じ国際交流と学習者の生活面での助言、手助けを行っているボランティアグループです。）

名張のむかしを歩もう！

上本町は昭和29年市制施行のときまで上横町であった。江戸終期のこの町にごくわずかの商家が張り付き営業を始めてから150年の歳月が流れている。昭和5年参宮急行(現近鉄)が開通して大阪と名古屋の両都市に結びついたこと、名張駅が平尾に設置され、名張駅に通じる道路が出来たことで上本町の商業地としての立地条件が向上した。昭和23年商和会を結成し「中元・歳末大売出し」、「招待旅行」、「ワゴンセール」、「ナイトセール」などと様々な工夫と努力を積み重ね「名張銀座」の愛称で市民に親しまれた。昭和44年商店振興組合を設立し、昭和49年6月アーケード竣工、「ジャスコ名張店」のオープン、昭和60年の市役所移転、平成5年カラー舗装を実施した。しかし、車社会の進展などがあって、歩いて買物に来る人が減り、にぎやかな昔の面影はなくなっていった。

上本町の伝統行事として年が明けると火伏せの神、上三谷の秋葉神社への参拝と十万遍がある。秋葉神社への祭礼には各戸から1名以上が参加する。電車も車もない時代は徒歩で朝10時出発、お神楽を奉納し、午後1時に帰宅していた。十万遍は20mもある大数珠を回しながら導師一人の「豆読」に合わせて除災招福を祈る。これ等は明治20年頃から続けられている。

※　おきつもを語る会　　岩名　利夫

協力:おきつもを語る会（同会は、名張の昔について、見聞や体験で得た習慣、行事など座談会を通じて参加者と共に語り合い、資料にまとめ冊子にするなどして、多くの人に名張の歴史や文化を伝える活動を行っているボランティアグループです。）

発行：社会福祉法人 名張市社会福祉協議会
名張市丸之内７９番地
名張市総合福祉センターふれあい内
電話番号　６３－１１１１
ＦＡＸ番号　６４－３３４９
ホームページ　http//www.nabarishakyo.jp
Emailアドレス　info@nabarishakyo.jp
発行部数：１，１５０部

≪設置場所≫
総合福祉センターふれあい、市民情報交流センター、各公民館・市民センター、こども支援センターかがやき、武道交流館いきいき、名張郵便局、錦生簡易郵便局、近大高専、名張市役所、名張市立病院、総合体育館、協力店舗（いいの、吉野豆腐、大為陶器、はなびし庵、矢の五薬局夏見店、山平たばこ店、café*mjuk、booksアルデ、サロンきずな、やなせ宿）
※設置協力店舗募集中です！