

地域福祉活動情報紙 No.9

なばりんく



8・9月号

しあわせ写真



みんなと一緒に唄いませんか

国津地域で開催

まちびと探し

今月の
まちびとさん



やすい たけし
安井 竹史さん(53)

佐用町(兵庫県)での災害ボランティア活動の経験を、東日本大震災の現地で活かすことができないかと、昨年5月と8月に遠野市(岩手県)を活動拠点としながら陸前高田市、釜石市、大槌町などの沿岸地域でガレキ撤去などの活動を行ってきた安井さん。

自らの経験を子どもたちにも伝えたいという思いから昨年11月、高校生と中学生の2人の子どもたちと一緒に現地へと赴き活動を行った。子どもたちは、テレビで見てきた映像と実際に自分の目で見える現状との違いを目の当たりにし、驚きがあったと話される。活動を行っていく中で、地域の方々から差し入れをいただくなどの優しさに触れながら逆に励まされたのだという。また、機会があれば学校の夏休みを利用して、ボランティア活動に行きたいと話されているようだ。

現在は、岩手県での災害ボランティア活動を行ったメンバーで組織する『遠野まごころネット関西同窓会』に所属し、新たにボランティアとして活動に行きたいという人に対する情報提供、活動に関するアドバイスなどを行っている。また、東日本大震災より1年以上が過ぎ、人々の意識から薄れかけている現地の現状を知ってもらい、まだまだボランティアを必要としていることを知ってもらうための情報発信も行っている。

「“ボランティアがいなくても大丈夫”と言われるようになるまでは、活動場所がある限りこの活動が続けていきたい。またそう言われる日が早く来てほしいです」と話し、「無理をせず自分に出来る範囲での活動が続けていきたいですね」と力強く語ってくれた。

地域ピックアップ!

《名張地域》 ちょっとよってだ〜こ



名張地域で年1回開催される「ちょっとよってだ〜こ」は、まちづくり推進協議会が主体となり、区長さん・民生委員さん協力のもと開催されています。

“ちょっとよってだ〜こ”は、“ちょっと立ち寄ってくださいね”という伊賀地方の方言です。高齢者が外出する機会と地域住民同士の交流を目的に気軽に集まれる場所として、平成15年より取り組んでいるふれあい・いきいきサロンを名張地域内で広めるきっかけとなるようにと、平成19年より始めました。

6年目を迎える今年も、6月20日(水)から7月16日(月)までの間、“ちょっとよってだ〜こ”の立て看板を目印に、18か

所の集会所・集議所等で開催されました。栄町集議所で開催された7月10日(火)は、夏日の暑さの中20名程の参加があり、「健康づくり隊」による健康体操にはじまり、ユニバーサルゲーム「カルーセロ」では、2チームに分かれオセロゲームを楽しみました。



サロン活動紹介

蔵持地域「グリーンサロン金曜日」

民生委員さんの見守り活動の中で、「緑が丘でもサロンをしてほしい」という声をきっかけに、平成23年1月より蔵持地域で最初のサロンとして活動を始めた『グリーンサロン金曜日』。

緑が丘に住む高齢者・障害者・子育て中の親子を対象に、毎月第3金曜日に実施されています。

地域の民生委員さんを中心にボランティアさんが、参加してくださるみなさんに楽しんでもらえるよう、また参加者同士の交流が深められたらと、歌やリズム



体操、茶話会等

を行うことや毎回趣向を凝らした様々な出し物を考えています。参加している方だけでなく、ボランティアさんも一緒に楽しむことにより笑顔の絶えないサロンとなっています。また、毎回ボランティアさんによるピアノの生演奏があり、心地よい音色がサロンを包み楽しいひと時が流れています。



【開催場所】 コミュニティハウスひだまり

【開催日時】 毎月第3金曜日 (13:30~15:30)

トーク ボランティアリレーTalk!

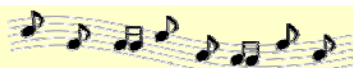
かみよ あつこ
神代 敦子さん
(あじさいグループ代表)



小さな花(一人)、いろいろな色(味)がよりあって大きな花・・・・・・
「あじさい」って名前をつけて活動を始め、10年が経ちます。
月1回6人～12人のメンバーで、フラワーアレンジを30人～35人の国津園に入所されているみなさんと園の職員さんとで準備から完成までの50分くらいを楽しんでいます。
一緒に会話を楽しみながら、手づくり小物も添えてできあがりです。みんなで見せ合いっこをして、子どもの頃に歌った懐かしい童謡を一緒に歌っています。
私も最初から参加させてもらって、はじめの頃は戸惑いもあったのですが、今では同じ事を続けていくことがこんなにうれしいと思えるんです。
「ありがとう、また来てね!」「うん、身体に気をつけてね!」こんな言葉と笑顔が何よりもグループの励みです。

音楽工房

便り♪



「かもめの水兵さん」



“みんなでいっしょに唄いませんか”

◆ 8月17日(金)

◆ 時間: 10:30～11:30

◆ 会場: 名張市総合福祉センター
ふれあい

◆ 対象: 名張市内在住の子育て中の親子

◆ 9月24日(月)

◆ 時間: 10:30～11:30

◆ 会場: 名張市総合福祉センター
ふれあい

◆ 対象: 名張市内在住の方

上記いずれも

※参加費無料・申込み不要

「かもめの水兵さん」は、作詞された竹内俊子さんが横浜のメリケン波止場からハワイに船出する叔父さんを見送った時に見たかもめの様子を歌にしたものです。

波の上でチャプチャプ並んでいるかもめさんたち・・・かわいらしいですね!!

また、かもめを白い水兵さんに見たてたのもユニークで、ほんわかしてくるようです。

この歌が発表されたのは、昭和12年です。その当時、海軍の将校さんと言えば、カッコいいエリートで子どもたちのあこがれの的だったそうです。また、かもめは神奈川県「県の鳥」にもなっているそうです。

私たちと一緒に唄いませんか?お待ちしております。

8月、9月、10月の 介護者サロン “さくら喫茶”

開催日時・場所

・ 8月8日(水) ・ 9月6日(木)

・ 10月16日(火)

上記いずれも

開催場所 総合福祉センターふれあい
102会議室

開催時間 13:30～15:30

参加費 100円 (申込み不要)

日頃、家族の介護をされている方!!
“さくら喫茶”でお茶を飲みながら、ちょっとひと息つきませんか?

“さくら喫茶”は8月から「ふれあい」で開催します。介護経験のある方や、介護中の方もアドバイザーとして参加されていますので、のぞいてみてください。



☆お茶、コーヒー、紅茶、お茶菓子等をご用意してお待ちしています。
ご都合のつく時間に是非お越しください。

主催: 名張市社会福祉協議会
共催: 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、地域の集まりやご家庭で作ってみませんか～



マレー料理

レシピ提供: ユーニスさん

プルクデル(Perkedel)

『作り方』

- ①スライスしたシャロットをキツネ色になるまで炒め、冷ましておく。
 - ②スライスしたじゃがいもをやわらかくなるまで炒め、ボールに移し、よくつぶす。
 - ③①と②に塩・コショウ、ナツメグパウダー、ひき肉、卵黄を混ぜ合わせ手のひらサイズの形に整え、丸く平ら(パティ)にする。
 - ④フライパンに③で作ったパティが充分にかぶるくらいの油を入れ、熱しておく。
 - ⑤パティを卵白の中にさっとくぐらせ④のフライパンに入れ、中火で両面をキツネ色になるまで焼く(片面5分位づつ)。
 - ⑥ご飯や温野菜を添えて出来上がり。
- ※プルクデルはマレーシアのみならず、インドネシア・シンガポールでも有名なコロッケの一種です。
- ※シャロットは仏名で、エシャロットとも呼ばれ日本でも売っていますが、ラッキョウの根をエシャロットという商品名で販売しており混同しやすいので注意してください。

去年の8月にシンガポールから日本に来て、名張高校で外国語指導助手をしています。



材料(4～6人分)

シャロット:500g(洋風長ネギでアサツキの球根に似た西洋野菜)ない場合は玉ねぎで代用
じゃがいも:中8個(皮をむきスライスする)
牛ひき肉:300g
卵:2個(卵黄と卵白にわけ)
ナツメグパウダー:大さじ2
塩・コショウ:適量
サラダオイル又はオリーブオイル:適量

☆レシピ提供・協力:ゆうあい日本語の会☆

名張のむかしを歩もう!



新町は初瀬街道の宿場まちの玄関口として栄えた街です。

明治の終わりから昭和の初期まで、大阪・大和方面からお伊勢参りの客が一日数千人の人が名張と周辺の村落の旅籠に泊まったそうです。

新町通りは、明治の終わりから昭和の初期まで100軒の店が軒を連ね、賑やかな通りでした。料理旅館の松月、造り酒屋の北村屋、八百屋、魚屋、菓子屋、飲食店、古物商、タンス屋、薬屋、化粧品店、写真屋、鍛冶屋、日用品屋、床屋、時計

屋、風呂屋、カフェなどがあり、街中は大道芸人やチンドン屋で大変賑やかでした。

また、法務局の登記所があり代書人も3店ありました。病院は横山病院(現在の舁田医院)です。祭は夏の花火大会・火祭り、秋は大正時代より太鼓台が出演しました。文化人として、江戸川乱歩生誕地、生人形製作の安本島八が居住していました。

※ おきつもを語る会 藤野 六助



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 volunteer@nabarishakyo.jp

発行部数: 1, 150部

《設置場所、協力店舗》

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、cafémjuk、booksアルデ、サロンきずな、やなせ宿、ひまわり書店、大和屋)

※設置協力店舗募集中です!

《協力店舗の「cafémjuk(カフェミューク)」は旧店舗近くの古民家を改装し、7月30日より新しい店舗(上八町)で営業を再開されました。》

次回のなはりんくは10月1日発行予定です。