

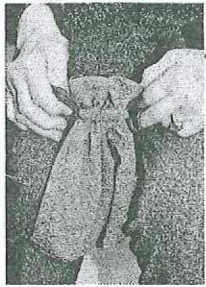
平成29年度の活動記録(4月)



第1回(4月3日)

◎皆勤者のお祝い

参加者数
対象者：26名
協力員：15名



西尾会長から副賞・記念品を
いただく坂口しげさん

- 新年度第1回目の生き生きクラブでは、恒例で前年度 皆勤者の表彰を行います。
- 病気や事故にも遭わず皆勤を続けることは名誉なことであります。しかし、本来、普段から熱や風邪をひいて欠席をしないような健康な体をつくり、それが結果的に皆勤になるという副次的なものです。
- 「体力づくり」、「健康づくり」みんなでガンバって、来年は全員皆勤賞を目指したいものです。

●今回の皆勤賞受賞者(9名)

坂口しげ、寺尾ふみえ、藤田福恵、松林和子、大鐘マサエ、長嶋則子、萩原よし、松下ふゆ、江川敦子(敬称 略)

前浜の伊藤さんから生き生きの皆さんに巾着のプレゼント

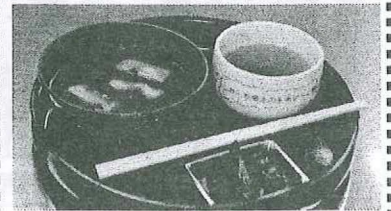


皆勤手当て有り!?



表彰式の後には歌をうたったり輪投げをしたり、「楽しいアフタヌーン」でした

◎本日のおやつ



おしるこ
焼いたお餅が香ばしくて美味しかったですね



第2回(4月17日)

◎包括支援センターのお話

- 今回は包括支援センターから4名の職員さんに来ていただき、この4月から始まった「介護予防・日常生活自立支援総合事業」の説明や介護予防の楽しいレクリエーションなどをご指導いただきました。
- もしご自身が介護や支援が必要になったと思ったら、迷わず、また遠慮もせず包括支援センターあるいは市役所の窓口にご相談に行きましょう。

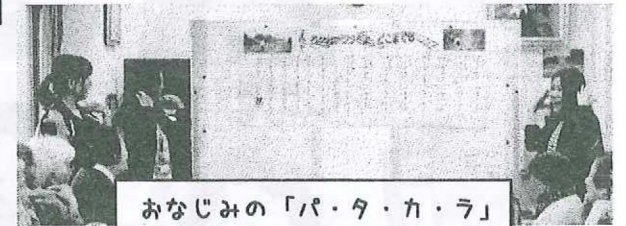
参加者数
対象者：26名
協力員：13名
包括職員：4名



←元気いっぱい
「お〜」



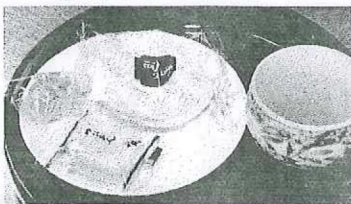
いつもの手話合唱「富士山」
今日は大正琴の伴奏が付きまして



おなじみの「パ・タ・カ・ラ」

← シリトリの最後の言葉
覚えていてね

◎本日のおやつ



煎餅・最中・ゼリーの
三点セット

おとなりの
肩をトン・ト
ン・トン →



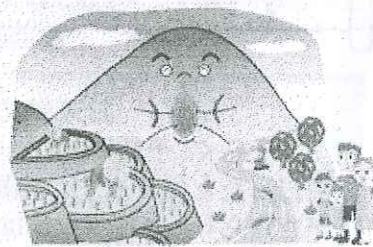
千ヨットおちゃめな4人でした



今月からお友達

●遅れ花

夏になって若葉の中に咲き残る桜の花の事を「余花」と言います。寒い地域や高い山などによく見られるものであります。立夏前の桜は「残花」(＝春の季語)、立夏後は「余花」(＝夏の季語)になります。浮き足立った気持ちで過ごした花時にくらべて、世の中も桜の木も平静を取り戻した時に静かに咲く花ですね。



しかし、それを寂しいと感じるか、嬉しかった名残と取るかは、人それぞれであろうことでしょう。

筆者には、後に残されたこの花の輝きは、自然界からの少し遅れた贈り物であると思えて、「余花」という言葉は、『なんだか好きだな』と思いますが、皆様はいかでしょうか？

●なぜ遅い？

同じ「ソメイヨシノ」でも、早い時期に咲くものと、遅い時期に咲くものがありますね。また、同じ木の中でも早く開花する枝と少し遅れて開花する枝があります。

これは、極端に若い木、もしくは老木は早い時期に花を咲かせ、若くて元気な木はそれより少し遅れて花を咲かせるそうです。この理由として、極端に若い木や老木は“力”がありませんから、早く咲いて早く散って、早い時期に葉をつけるそうです。しかし、若くて元気な木は、ゆっくりと構えて花を咲かせて、比較的長い間花を咲かせているそうです。

●季節は移り・・・

ただでさえ短命である桜の花ですから、「余花」の寿命もまた、短いものです。その「余花」も散っていよいよ葉桜ともなれば、そより吹く風とも相性が好いのでしょうか、満開に咲く花の美しさとはまた一味違って、ゆらり揺れる葉はどこか涼しげで、見やれば清々しい気分になさしてくれます。夏はすぐそこです。

余花に逢ふ再び逢ひし人のごと 高浜虚子

良質なお茶がとれる「八十八夜」

福岡区 区長 北川幸克



八十八夜は立春から数えて88日目の日を指し、毎年5月2日頃がこの日に当たります。

「八十八夜は分かれ霜」と言われるように、この頃から霜が降りなくなり、季節は日に日に夏めいてきます。また、八十八の文字を組み合わせると「米」と言う字になり、農家では稲の種まきも始まります。

古来、「八十八夜に摘んだお茶を飲むと長生きする」と言われています。生き生きの皆さんも是非 牧之原産の美味しいお茶を飲んで元気と健康を保って、長生きして下さいね。

(美味しく新茶をいれるポイント)

- ① 80℃位のやや低い温度のお湯でいれましょう。
- ② 茶葉を少し多めに、40～60秒位の短めの抽出時間としましょう。
- ③ 最後の1滴まで注ぎ込んで下さい。(最後の1滴には旨み成分つまっていて「ゴールドドロップ」と言われています)
- ④ 白い湯呑みで飲むとお茶の色も楽しめるのでお勧めですよ。

最後に「お茶の成分」とかけまして「オリンピックでの目標」とときます。

そのころは

“どちらも 勝って金(カテキン)でしょう!!”

おあとがよろしいようで・・・



なつかし記・さがら 子供たちのいる風景

お天気の下駄占い

おそらく「予報」ではなく（子供が行う）「祈願」の一種だったと思います。祈願というと大げさですが、表がでたら「よ～しッ今日はラッキーだ！明日もこの調子で晴れるだろう！」みたいな感じだと思います。



画 澤田 翰 (たかし) 氏

皆様のご意見や思い出話をお待ちしております

相良今昔物語 澤田翰(たかし)

(先月号からの続き)

「大黒屋」さんは洋品の行商をされ、先代は大きなほていさんの様なにこやかな顔で、自転車に一杯の風呂敷包みで御前崎方面迄行かれました。先々代は相良魚問屋の荷物をボテ[※]ふりで掛川方面に運ぶ仕事で、ガツシリした体格の偉丈夫で、好きな煙草をたやす事なく、相良で付けた火種を掌の上にくるころさせてキセルで吸い続けたとのことです。当時荷車で御前崎から入る新鮮な魚を夜中に菊川の駅迄引いて行って、朝一番に間に合うのと二番に着くのとで魚価が東京送りでかなり違いが出る為、皆マラソン選手の様競争した様で、桜井さんは常にトップランナーだった様です。

本城屋下駄屋は、店に入って右手に三人位の人が並んでいて、裏の工場で材木から木型で下駄の型にした物の仕上げ仕事を、お客と対面しながら足や好みに合うよう細工していました。削ったりトノコで磨いたり、木の切り株の上に鉄の出た所で、鼻緒を加工する作業は見ていて飽きない仕事でした。暮に家族全員の下駄を揃えて買っていく祖母の姿が思い出されます。

戦時中、前浜西組の働き盛りの人は兵隊に行き、老人や女子供の時代に「下駄屋のおとつあん」の名で町内を助けてくれた先代が感謝されます。浜で塩作りをし、町船まちぶねの地曳網で魚をとって分けてくれるし、俵気ある人でした。

(原文のまま 次号へ続く)

※ボテふり＝棒手振？

本来、ざる・木桶・木箱・カゴ等を前後に取り付けた天秤棒を振り担いで物を運んだり売り歩くのを、棒手振(ぼてふり)と言います。時代劇の「一心太助」をイメージしていただければ良いと思います。

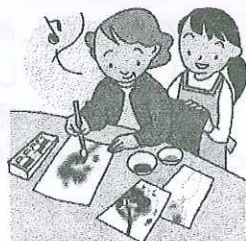
この稿においては『当時荷車で・・・』とありますので、おそらく澤田さんがおっしゃる『ボテふり』とは人力で物を運ぶ仕事一般を指した言葉であろうと察します。

それにしても、当時は街灯などはほとんど無い時代だったと思います。真っ暗な夜中に人力で荷車を引いて『菊川の駅迄引いて行く』とは、商売とはいえないなかなか大変な仕事であった事でしょう。



これからの いきいき予定

- 5月22日：ゲームを楽しもう
- 6月5日：相良保育園児との交流会
- 6月26日：大きな声で歌おう



相・福 いきいきだより
笑顔がいいね！！
2018年5月8日号
(通算第38号)
発行
相良・福岡 生き生きクラブ
編集
いきいきボランティア協力員