



# なじょしたあ

米沢市社会福祉協議会  
生活支援相談員  
R3.12.1 発行  
Vol.111

早いもので今年も残すところ1ヶ月となりました。みなさん、どんな1年となりましたか？

私は今年も皆さんのお宅を訪問させて頂きました。少しでも皆さんに元気と情報をお届けしようと思い訪問していますが、気づくと私の方が元気を頂いています。いつも温かく迎え入れて下さり本当に感謝です。

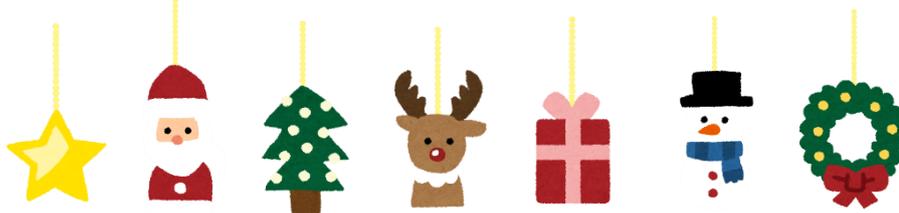
今年もあとわずか。みなさん、よいお年をお過ごしください!!

## 私たち生活支援相談員が『雪若丸』お届けに伺います!!

昨年に引き続き、山形県から皆さんに**新米『雪若丸』**の進呈があります。11月から、避難されている皆さんのお宅に訪問し、各種相談窓口の情報と一緒にお届けしています。年内には皆さんのお手元へ確実にお届けとは考えていますが、遅れた際にはどうぞご了承ください。また、おいでさん主催のクリスマス会が中止となり、支援団体のTeam おきたま（曹洞宗）の皆様、共立社コープよねざわの皆様より**クリスマスプレゼント（お菓子の詰め合わせ）**を頂戴しました。高校生までのお子さんがある世帯にお届けさせていただきます。



生活の困り事、不安な事、要望などがありましたら、是非お聞かせ頂ければと思います。日中、お仕事されている方、用事がありご不在の方もおられると思いますが、できるだけ多くの皆さんとお会いしてお届けしたいと思っています。ご連絡（都合の良い時間など）のご協力を宜しくお願いします。携帯電話にショートメールでの連絡も受け付けております。不明な点がございましたら、生活支援相談員までお問合わせ下さい。



電話 0238-24-7881

携帯 080-5228-5430

080-5228-5342

（受付時間 8:30～17:15）



### “町のお地蔵さん”（健康一口メモ）コロナ時代と治癒力 — 一隅を照らす Dr.小林 恒司

キリストは生前何の書物も残していません。キリストの迫害者で後に回心したパウロによって世界宗教の主に高められました。ブッダも同様で、ブッダの死後 500 年後に編纂された経典によって、教祖に祭り上げられている。震災当初よくテレビのコマーシャルに引用されていた詩の作者である金子みすずという詩人も趣味で詩を書いていた人間に過ぎなかったが、死後 50 年後にある大学生に発見されている。宮沢賢治も死後草野心平によって発見されたのも有名な話です。

「裸の大将」山下清もその例にもれませんが、幼少の頃重度の呼吸器疾患を患い、その結果知的障害を併発してしまいましたが、施設でレクリエーションの一環として行っていたはり絵をみたスタッフによって、その才能を発見された人です。そこから有名な画家に転身していくことになるのです。ここで重要なのは、山下清は自分の才能を自分によっては発見、認識できなかったということです。それを発見する他者がなくてはならなかった。

ある鍼灸師の方が、うつ病になられて、鍼灸師をあきらめなければならぬ絶望を生きていた人がいました。しかし、自分に光を当ててくれる人に出会ったということです。腰痛に悩んでいた人にアドバイスをしたらそれが奏功して、いたく感心され、健康講座の講師を頼まれたそうです。震災の時の被災地支援の経験も生かした講演ができたようです。自分の個性、特性に光を当ててもらって、また東洋医学の勉強を続けていこう、自分に光を当ててくれる人との出会いを信じていこうと前向きなエネルギーをいただけたようです。それにとどまらず、これから出会う人間にも、自分が光を当てることができるように、病気、障害を持った人にも、かけがえのない何ものかを見出していこうという情熱を点化したようです。

## 米沢の伝統料理シリーズ 豆の王さま

### No.8 おかめささぎの煮豆



#### 材料 (4人分)

おかめささぎ	200g
水	500cc
砂糖	180g
みりん	大さじ1
塩	少々

#### ☆作り方

- ①おかめささぎを洗い、たっぷりの水と一緒に一晩おく。
- ②鍋に水・おかめささぎを入れて初めは強火で、煮立ったら中火、泡が出たら弱火で柔らかくなるまで煮る。
- ③柔らかくなったら砂糖、みりんを入れて弱火でことこと煮る。
- ④最後に塩を少々いれて煮る。
- ⑤煮汁を少し残して火を止めフタをする。



世界で一番美味しい豆と言われている「ライマメ」の一種



## 12月のイベント情報

12日(日)	10:00~12:30	キッズ キッチン	置賜総合文化センター
12日(日)	10:00~11:30	30代、40代のくらしとお金	西部コミュニティセンター
18日(土)	10:00~12:00	花講座	松川コミュニティセンター
18日(土)	10:00~16:00	原子力損害賠償に関する個別相談会	山形市総合社会福祉センター
19日(日)	14:00~16:00	楽しく将棋を覚えよう	米沢市児童会館
25日(土)	10:00~12:00	ミニ門松づくり	松川コミュニティセンター

☆上記予定は事前に申し込みや参加費が必要なものもあります。

詳しくは米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせください。 TEL 0238-24-7881

#### 編集後記

オリンピックが開催された年の終わり12月!!本格的な冬がやってきますね～。喜ぶのは子供ばかり? いいえ。せっかくの雪やイベント、大人も思い切り楽しみましょう。Xmasにお正月や旧正月、スキー、スノーボード、かまくら・・・など。あとは・・・おいしい料理にお酒☆又、体重が増えそうな予感がします。(^\_^)

今年は皆様に会えた記念すべき一年。私にとって皆さんと出会えた事が一番の【宝】です。沢山の笑顔やいろいろなお話を聞かせてもらった事、本当に感謝です。ありがとうございました。



佐