



陽だまり通信



発行：大船渡市社会福祉協議会陽だまりサポーター

NO. 40

あけましておめでとうございます

皆様方におかれましては、平成最後のお正月を迎え

いかがお過ごしでしょうか。5月には年号も変わります。

陽だまりでは心新たに、昨年同様コミュニティ作りのお手伝いや

相談対応などで、引き続き皆様方に寄り添ってまいります。

本年もよろしくお祈りいたします！！



陽だまりサロン予定



日	曜	場 所	時 間
9	水	崎浜地区公民館	10～12時
11	金	吉浜地区拠点センター	10～12時
16	水	鷹生公民館	10～12時
18	金	下中井公民館	10～12時
22	火	猪川地区公民館	10～13時
25	金	綾姫ホール	10～12時



日	曜	場 所	時 間
1	金	吉浜地区拠点センター	10～12時
6	水	崎浜公民館	10～12時
12	火	田代屋敷公民館	10～12時
13	水	鷹生公民館	10～12時
15	金	下中井公民館	10～12時
19	火	猪川地区公民館	10～13時
22	金	綾姫ホール	10～12時



長寿



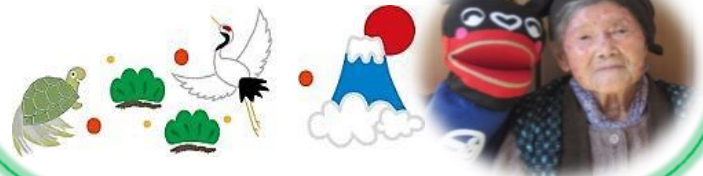
赤崎の今野スミノさんは、百歳を超えて一人暮らしをしています。大正7年に生まれ、激動の時代を乗り越えてきた人生に新たな年号が加わります。

昨年の百寿を祝う会には、苦楽を共にした多くの元仮設住民が集い、祝いました。

「ここまで長生きするつもりは無かった。いつの間にか百歳になっていた」「同居の話はあるけど、ここを離れたくない」と留まり、サービスを利用しながら、草取りや避難訓練など地域行事も積極的に参加しています。

家族や周囲の理解に感謝し、ご近所が毎日行き来する暮らしは、孤立とは無縁です。

苦勞を知る人は、口々に「たいした百歳だ」と言います。小さな背中が元気をくれます。



今月の にこにん



お茶っさも呼んでもらいました。
みなさんのサロンさも呼んでけらいね!



沢田公民館のサロンさ、
行ってきました。
フラワーアレンジメントを教えられ
てやったり、輪投げをしたのすう

みどり町では手芸もやったにん!

一足早く
梅干しの作り方を
ご紹介します!



赤崎地区 Aさんの 美味しい梅干しの作り方

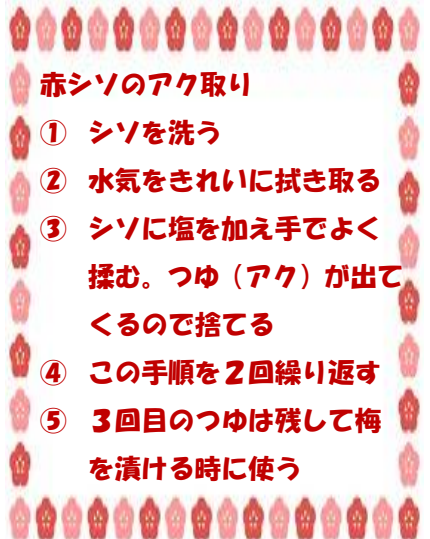


✧材料✧

- 梅(小粒) 1升(約 1.8kg)
- 塩 茶碗 1杯弱
- 焼酎 コップ 1/3 杯弱
- 赤シソ 適量
- 呼び水 500cc 位(適量)
- 容器、重石

✧作り方✧

- ① 梅を洗う。
- ② 梅を一晩水に漬ける。
- ③ 容器に梅・塩・赤シソ・焼酎・呼び水を入れ、7日間位置く。
(つゆが上がってくるまで置く。つゆは漬ける時に使うので取っておく)
- ④ 食べてみてしょっぱくになったら、梅を取り出す。
- ⑤ 梅をザルに並べ天日干しする。
(20日間位。お天気によって変わる)
- ⑥ 容器に梅→赤シソ→赤シソのつゆを回しかける。
これを繰り返し重ねていく。
- ⑦ 容器の一番上まできたらシソをいっぱい広げ、重石を乗せて保存する。



赤シソのアク取り

- ① シソを洗う
- ② 水気をきれいに拭き取る
- ③ シソに塩を加え手でよく揉む。つゆ(アク)が出てくるので捨てる
- ④ この手順を2回繰り返す
- ⑤ 3回目のつゆは残して梅を漬ける時に使う



大盛況! 赤崎復興市

11月18日(日)赤崎復興市にお邪魔してきました♪5月から不定期で年4回開催されており、今年最後の復興市でした。
この日は晴天に恵まれ、野菜・手作りかまもち・手芸品などが販売されており、どのお店も活気に溢れ、大勢のお客さんで賑わっていました。地域一丸となった、とても素晴らしい復興市でした。
来年の復興市が待ち遠しいです!!



様々な手作りの
手芸品がたくさん♪



カメラアスの
美しい
ハーモニー♪

大船渡市社会福祉協議会
生活支援相談員(陽だまりサポーター)
☎ 0192-47-3233 (Fax 47-3234)
E-mail: ooshakyohidamari@pony.ocn.ne.jp