

ゆうばえ

発行日:2021年9月1日
(2021年9月-10月号)
発行人:神立秀明
〒950-2172
新潟市西区内野上新町11810番地3
TEL 代表 (025) 264-5000
FAX (025) 261-4430
在宅ケアセンターゆうばえ内

特集 地域での連携・循環

地域と繋がるペットのおやつ作り

ワンコのおやつ作りコーディネーター
高橋直美

ペットのための無添加おやつ



2019年4月
から利用者様が取り
組む高齢者の社
会参加活動を積極
的にすすめています。
その一つは

ペットのおやつを製造し販売する事業
です。私は、小規模多機能ホーム「ゆ
うばえの家」でお手伝いわんことして
働いているトイプードル・さくらの飼
い主です。大切な家族のさくらに、無
添加のおやつを食べさせたいと自分で
作っていました。高齢者の作業として
これは取り組めるのではないかとと思っ
たことがきっかけです。

最初はデイサービスで取り組みをス
タート、まずは作りやすいお肉から始
めました。利用者さんからは、お肉の
乾燥、計量・パッケージ作業をやって
いただいています。利用者様は製造だ
けでなく、ペットシヨップやトリマー
さんなどへの納品も職員と一緒に伺い
ます。お店の職員から「ゆうばえのお
やつはとても人気があるんですよ!」
の言葉は何よりです。他人に感謝され
ることは、誰であっても嬉しいもの、
利用者様の笑顔が輝きます。

今えんでここでは、地元のお店から魚
の材料を仕入れ、魚せんべいやふりか
け。グループホームでは、果物農家さ
んからアウトレット品を仕入れてりん
ごや梨など果物のチップスを。小規模多
機能ホーム・ゆうばえの家では、西区
の農家さんからさつま芋やカボチャを
仕入れてチップスを製造しています。

この事業は、高齢者の有償ボラン
ティア活動として行なっており作業し
ていただく利用者様には有償ボラン
ティア料としてささやかですが「お給
料」をお出ししています。

おやつ作りは一石三鳥の取り組み

利用者様か
らは「楽しみ
にしている」、
「商品として販
売すると思う
と丁寧に慎重
に作っている」、
「ペットが食べてくれ
ると思うとうれしい」、
「細かい作業だ
がりハビリとして頑張れる」
など嬉しい
言葉が聞かれます。



「かぼちゃチップス」に集中

高齢になっても社会参加で生きがい
を持っていただく。食品ロスとなる食
材を使用することで地域貢献。無添
加で安心な食べ物をペットたちに食
べもらう。この活動から得たものは多
くあります。スタッフは利用者様が作
りやすく、ペットも食べやすい商品を
試行錯誤で開発しています。私たちの
活動は、発展途上です。

最終回

シリーズ
地域とつながる高齢者



地域密着デイサービス・
えんでこ
井口真紀

地域の不要な樹木を

薪に活用できないか

達成感の持てる作業…。そんな仕
事をできるといいなあと常々考えて
いますが、今回、そんな思いが叶う
お仕事依頼が舞い込んできました。
最近ブームになっている薪ストーブ
用の薪作りです。高橋事務局長が、
ご近所など地域で不要になっている
樹木を伐採、それで薪割りをすると
いうものです。台風の影響で当初の
予定より1週間遅延、そのためこの
夏一番の暑さという日に作業を行う
こととなってしまいました(薪割り
機レンタルの都合上)。作業は事務
局長宅の作業場内で行いました。休
憩、給水に留意し、施設との行き来
を含め、ひとり1時間以内と決め実
施。しかし、皆さん夢中になり、
中々手を止めてもらえませんで
した。

エンジン薪割り機の

威力に感嘆!

やってみると確かに楽しい作業です。直径60cm以上もある樺や榎、アカシアなどの硬くて大きい丸太が、メリメリと音をたてながら、簡単に割れていくのです。薪割り機に位置を考え丸太を乗せる人、薪割り機の操作をする人、割れた薪をつんでいく人…とても手際よく作業が進んでいきます。事務局長の奥様からよく冷えたスイカやお茶の差し入れもあり、何とか暑い中での作業を無事終えることができました。

1週間後、できた薪を弥彦のお客様第一号U様宅に配達しました。軽トラックの荷台上に積み込み、細い枝はまとめて縛り、荷下ろしをして大変喜ばれました。



循環に向けたささやかな一歩

高齢などの理由で管理できなくなった地域の樹木で薪を作り、必要としている地域の方へ届ける。とても有意義な活動だと思えます。今回は、本当に暑い中での作業でしたが、仕事を終えたメイトさんからは、「今日はよく働いた〜」「おもしろかった〜」という声が聞かれました。

7回にわたって、えんでこの取り組みを連載しました。

内外からのたくさんの方の励ましをいただいたこと、感謝申し上げます。

「こういうデイがあってもいい」、私たちは今、確信を掴みかけています。

「新川橋物語」 第四回 往来橋

越後新川まちおこしの会
世話人 加藤 功

この「往来橋」は、新川が開削された文政3（1820）年当時から架けられています。内野町の三日月橋を内野往来橋と呼ぶのに対し、ここは浜の往来橋と言います。浜手の集落間の交通にとって重要な橋でした。

明治29年の横田切れ洪水の時往来橋は流されて、現在の流路になったと記録にあります。昭和39年の新潟地震では大きな津波が来ましたが、その年に架け替えただかりで被害はありませんでした。



鮮やかな航跡と往来橋
奥は渚橋



明治22年の迅速地図と現在の内野付近の地図を見比べると分かりますが、砂丘ばかりで人家の無かった山手ですが、昭和40年代後半に新潟大学キャンパスが移転したことで、砂丘の広がる農村地帯から、一万人の学生の通学する学園都市へと変貌しました。

下記のQRコードをスマホで読んで、映像をご覧ください。



<https://www.youtube.com/watch?v=gbbJHucDjm0>



鶏むね肉で作るカツレツ

五十嵐中島・佐久間則子

材料

- 鶏むね肉 …………… 400g (2枚)
- 下味
- 塩 …………… 少々
- 酒 …………… 大さじ1
- 胡椒 …………… 少々
- A 小麦粉 …………… 50g
- 卵 …………… 1個
- B パン粉 …………… 適量
- 粉チーズ …………… 適量

作り方

- ①むね肉は薄切りにしておいてから下味をつける。
- ②ボールにAを混ぜ下味をつけた肉にまぶす。
- ③むね肉にBの衣をつける。
- ④油で揚げる。

※孫たちが好きでよく作ります。むね肉なのに粉チーズとパン粉を混ぜるためか柔らかく出来ます。チーズがない時は、まいたけ30gをみじん切りにして下味をつける時に混ぜ合わせてしばらく置いてから同じように作ります。むね肉は脂身が少なくヘルシーでかつ経済的、おすすめです。

地域の声・話題コーナー

うねる海コロナ飲み込む波はなし
人との接触断てる世に住む

游溪

東京暮らしを切り上げて丸三年。季節の移ろいに徐々に体が反応するようになった。思うに、朝の散歩があるようだ。宿酔の朝のほかは歩く。

A、B、Cと散歩は三コースある。起きた時の気分と体調で、その日のコースを決める。Aコースは、上新町から海に出る一時間半ほどのコース。Bコースは五十嵐三の町から海へ出る。Cコースは三十分から四十分で五十嵐三の町・妙音寺までの往復だ。気ままに歩くことが長続きのもとになっている。

歩くうちに五感が働き出す。特に春から夏は、緑が濃緑になっていくので目が喜ぶ。耳が喜ぶこともある。カッコーが高く鳴き声を上げる時。そしてウグイスのさえずり。鳴き方が上手くなっていく変化に気づくと、夏の盛りになる。

海に出ると解放感がぐんと広がる。越佐の海はもやっていることが多いが佐渡が青くくっきりと見える日は、一日がさわやかにスタートする。ただ、砂浜が



新川大橋から佐渡・金北山を望む

狭くなったので青年期までの記憶にある“俺の海”がなくなったという喪失感に、時に襲われる。変化するのは人知だけでなく、残念だが自然もまた大きく変わっているのだ。(五十嵐西 S.T)

【スパニッシュオムレツ感想】

「あっ これは旨い」 娘が友だちを連れてきた時、酒肴の一品として出したら一口食べて発した言葉。簡単！家庭料理の極意か！ (小川マキ)

団体さん のらっしや〜ん

山へのお誘い

新潟市年金者組合
山の会



神秘なたたずまい 蔵王・お釜

会員数20数名、平均年齢70歳台の山好きが集まっています。若い頃には日本アルプスをわが庭のごとく闊歩していた「つわもの」も数名参加。されど目下は高齢者でも楽しめる低山・里山を中心の山行きです。山からの眺望や可憐なお花などを満喫しています。下山後は、地元の史跡をメンバーで訪ねる楽しみもあります。

今年は3月に雪割草を訪ねての角田山。5月には群馬県・沼田市近郊の戸神山は予定しましたが天候悪化のため中止。8月2日に山形・蔵王熊野岳に登りお釜と駒草を鑑賞しました。

放っておけば体力は弱るばかり。登山で足腰を鍛え下山後の史跡めぐりで脳も活性化。仲間との山行きは認知症予防でもあります。(笑)

早朝の山の冷気を胸いっぱい吸い込むと、不思議に力が湧いてきます。会員大募集中。

(代表・福地光正)

新シリーズ

高齢者に学ぶ伝統食づくり



デイサービスセンター ゆうばえ 武田 彰

第一回 梅干し

「梅の実をもぎに来ませんか？」

ご利用者のご家族からお誘いを受けたのは、まだ梅雨も明けきららない六月末の事でした。新鮮な青梅を大袋いっぱいいただいて来ました。しかし若い職員では、どう活用して良いのかわかりません。「こんなにあんなら梅干しにしたら」、自宅で長く梅干しを作っているご利用者からのアドバイスで梅干し作りを開始しました。

下ごしらえは丁寧

まずは竹串で梅のヘタ取り。ご利用者の手の早いこと！職員の3倍ほどの速さです。梅の下ごしらえを終わらせ、「梅干作りなんて何年振りだろうね。昔は瓶いっぱい、いくつも作ったもんだて」と昔を懐かしむ様子。楽しそうな会話が弾みます。

漬け込み本番に緊張

赤シソがなかった為、瓶に青梅と

塩を交互に浸けこみました。「少しづつ汁が出てくるから、三日間ほど漬け込むと良いよ」と丁寧に教えて下さりました。その後、市販の赤シソ酢を購入して、二週間ほど一緒に浸けこみました。

土用の日干しが要ですよ

夏も真っ盛りの七月下旬、土用の日干しを行ないました。お手伝いしてくれたご利用者の皆さまは口々に「良く漬かっている」「美味しい梅干しになるわよ」とお褒めの言葉。励まされて口中、唾液が溢れます。「やった、完成！」とガッツポーズをする職員にお師匠さんは「半年漬け込んで梅が馴染んで完成ですよ」と…。

地域の食文化を受け継ぐ

スーパーやコンビニに行けば、直ぐに手に入る梅干しですが、手作りで多くの工程とコツがあることを知りました。高齢者の知恵と経験が詰まった伝統食づくりを学び、地域の食文化を継承できるデイサービスでありたいと思います。



入所施設の補足給付変更でお困りの方 お気軽にご相談下さい



編集部 内藤 裕理

この夏、補足給付と高額介護サービス（ひと月の自己負担があらかじめ定められている上限額を上回った際に、超過分を払い戻す仕組み）の見直しがありました。補足給付制度があることで施設を安く利用出来ている方が多いのですが、今年8月1日から、一定額以上の年金収入等や預貯金等をお持ちの方には、食費の負担額の見直しが行われました。所得段階に応じて入

所施設で最大月2万2千円、ショートステイで1日あたり210円〜650円の負担増になります。

今回の見直しで補足給付の対象外となった方でも、預貯金額が減少して、認定要件を満たさなくなった場合には、申請により負担軽減の対象となります。認定要件である年金収入等や預貯金額など詳しいことは、新潟市介護保険ガイドブックP51〜54をご覧ください。または、ケアプランゆうばえにお気軽にお尋ねください。 ※今回、居住費は変更ありません。

Information

職員募集

介護職員 正職員 1名
パート職員若干名
小規模多機能居宅介護・ゆうばえの家
デイサービスゆうばえ
グループホームゆうばえ
看護師 非常勤 1名
デイサービスゆうばえ



ペットのおやつ情報は右のインスタで

編集後記

「SDGs」(エスディーズ)は持続可能な世界を実現するために2030年までに達成するために掲げた国際目標です。いわば私たちがつくる未来予想図。地域での連携と循環は、持続可能な世界の大切な要素です。今号ではゆうばえの2つの取り組みを紹介しました。コロナに負けない、どなた様もお元気で!

(M記)