

第 245号

発行日：2020年2月1日

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



夕映えの会

地域でつながる

いもジェンヌで地域おこし
繋がり合って楽しい農業を



JA新潟みらい

新潟西生産協議会

かんしよ部会長

小竹 光 浩

(山崎)

葉タバコの後作として

角田から五十嵐二の町につながる海岸砂丘地はかつてスイカ・メロン・ダイコンとあわせて葉タバコの一大生産地でした。しかし健康志向により葉タバコは縮小の一途、ついには廃作となりました。地域の畑作園芸をどう立て直すか、JA新潟みらいと生産者の模索が始まったのは10年ほど前のことでした。

収益性はスイカが一番ですが、加工用ダイコンもまた大事な作物。しかし、ダイコンは1本1kgの重量作物です。面積を増やすには限度がありました。

カボチャ、ジャガイモ、サトイモ、サツマイモなどが転作作物の候補に挙がりました。試しに作った紅あずまは大変良く育ち立派なイモをつけ

てくれたのです。葉タバコの畝立機をそっくり使えたことも、私たちにあって幸運でした。問題は品種選び。選択肢は紅あずまと金時、そして紅はるかでした。営農普及員の熱心な指導もあって私たちは「紅はるか」を選びました。甘みが強くしつとりした食味の紅はるかは「はるかに美味しい」と消費者のハートをしつかりつかみました。

共同の力でブランド化

西区での取り組みは「農・商・工・官・学連携の見本」とありがたい評価をいただいております。振り返ってみると、農家だけの力ではどうにもならなかったと思います。JA新潟みらい、西区役所、商工会、お菓子業者などが一堂に会して販路拡大と加工品の開発、ブランド化について話し合いを繰り返ししました。

規格外のイモをどう活用するかも大きなテーマでした。ペーストに加工するというのは、お菓子屋さんからの提案でした。これがいもジェンヌのスイーツにつながっていきま

いもジェンヌの産地化を

さらにすすめて

私たちのグループは、現在19名。20ヘクタールで紅はるかを作り、出荷額1億円を超えました。ミネラルが豊富に含まれる海岸砂丘地の土壌が紅はるかのかの糖度を増し美味しくしていると思います。

紅はるかのかの定植は5月の連休から。栽培期間は約4ヶ月、9月から収穫が始まります。追熟期を40日間とり、出荷は10月中旬から2月上旬まで続きます。サツマイモは農薬散布の回数はいわゆる少なく環境保全型作物です。

生産者自身の課題はたくさんあります。まずは秀品率と収量アップです。私が始めたばかりの頃は、どうしたことか、売り物にならない丸イモばかり。仲間に「作り手に似る？」とからかわれたものです。でも数年経つと、見紛うほどのナイスバディー(笑)。定植の時期・作期に問題がありました。

収量は10aあたり2tほどですが、関東では3t〜4t。まだ伸び代はあると思います。優良畑は十分にあります。そして12度で保存する倉庫もJAの空いたコメ倉庫を借りることができました。

地元の農家だけでなく若い新規就農者・移住者そして近在の農家・非農家が集まるいもジェンヌの産地づくりを夢想しています。昨年は新潟大学農学部の子生さんがイモ植えのボランティアに来てくれました。人と人がつながり、地域おこしと結んだ新しい産地化が今求められていると思います。その成否は、楽しい農業にすることだと密かに考えています(笑)。

困った時は 会員どうしの助け合いの活動 夕映えの会の 生活支援について

生活支援担当 神立 秀明



夕映えの会活動の重要な柱であります「生活支援」活動について報告します。

昨年と比較しますと利用者の入れ替わりはありますが、利用者数が数名増えていきます。それにもなつて、利用件数は数十件の増加となっております。内容は「ゴミ出し」支援です。

夕映えの会報（ピンクの新聞）をご覧になって連絡をいただくと方々がほとんどです。「体が弱ってごみステーションまで行けない」、「一人暮らしでごみ出しが大変」等の方々です。ゴミはネコやカラス等に荒らされないので、うふた付きバケツなどに入れて、玄関先に出していただきます。

新潟市もゴミ出しが困難な世帯を支援するために、自治会などが行う有償ボランティア活動に対して助成金を交付する「ごみ出し支援事業」を行っておりません。この事業は利用者さん（住民）の負担は無料です。是非、各自治会などで取り組んで

いただきたいと思います。

家事支援（お掃除）は、介護保険でヘルパーのサービスがあります。しかし「家事代行」ではありませんので様々な制限があります。そこで、お風呂場の窓の掃除や台所の換気扇、普段使っていないが子供が帰省するの二階の掃除をと、私たちに依頼が来ます。また、季節により替えるの依頼も多く寄せられます。夕映えの会は、お困りの内容にできるだけ沿って支援をしたいと考えております。

誰でもが安心して暮らし続けられる地域にするために、会員同士お互い様。助け合い・支え合い精神で事故などに注意して頑張っています。

お掃除等の家事支援や買物支援など、女性のボランティアさんが待たれています。志のある方、是非ボランティアになつて下さい。今の世の中、心だけでも温かくしたいですね。

「健やかシニア」してます！

第69回 おいね地蔵と暮らす日々

幸田 アキ（ケアハウスゆうばる）



昭和10年、西蒲区河井で生まれ赤縮の農家に嫁ぎました。

嫁いだ家の近くに「おいね地蔵」があります。「おいね様」は、呉服屋にいた人と聞きました。いつの時代なのか、呉服屋での続柄など、詳しいことは分かりませんが、嫁いだからはお詣りするのを日課としてきました。

3年ほど根気よくお詣りを続けた頃、お詣り仲間から「お地蔵様はきつと願いの事を聞いてくれるからお願ひしてみたら」とすすめられました。私はお地蔵様と向かい合って願いの話を話しました。その時、お地蔵様の前のろうそく立てがコトンと動いて、お地蔵様が「わかった」と返事をしてくれたのはびっくり聞いたのでした。

おいね様がいられるお堂の中には、千羽鶴がたくさん飾られています。またお菓子やお饅頭など、おいね様へのお供え物は絶えたことはありません。

季節に応じて毎朝、お水やお茶を欠かさずにお供えし、私はそれを下げようとしていただいてきました。それ以来、大病をも

なく過ごしてきました。主人が薬を飲む際のお水も、おいね様のお水でした。

おいね様は、本当に不思議を見せてくれるお地蔵様です。野菜の行商をするおばあさんは、おいね様に売れる量を聞いて出かけます。でも予備に用意する何把かは必ず余ると話してくれました。信心がなく、心を開かない人がお願ひ事をしてもお地蔵様は「嫌だ」と言うようです（笑）。

お供え物を上げ、私の近況をお話し心配事があれば相談してきました。その度においね様は「わかった」と私に伝えてくれました。私にとっては大切な、苦楽を共にしたお地蔵様でした。

ケアハウスに入ることが決まっただけから、私はお地蔵様の供養を信用できるお友達に頼んできました。だから何も心配はありません。職員のKさんにそんな話をしたら、Kさんがお地蔵様の写真を撮ってきてくれました。嬉しくて私は飛びあがりましたよ（笑）。その写真は今、私のお部屋に飾られ、私は今もおいね地蔵と一緒にです。





住み慣れたお家で 暮らし続けるために

訪問看護ステーションゆうばえ管理者

高橋 直美

【第3回】家庭の介護力と訪問看護の出番

私が病棟看護師から訪問看護になって今年で20年になります。まだ介護保険がスタートする前でしたので、訪問看護は医療保険での訪問でした。利用料金の負担も現在よりは少なかったかなと記憶しています。

この20年を振り返ると、訪問する方の家族形態が大きく変わってきたと感じます。以前は訪問するご利用者は、脳血管疾患で寝たきり、家族や配偶者の介護が目立ちました。「重篤な患者が家庭に残されている」という感じでした。施設入所は、今と変わらずハードルは高かったですが、しかし家でも介護ができる状況だったのだと思います。

近年は、さらに一人暮らし、高齢夫婦の二人暮らしが目立ってきました。ご夫婦に訪問看護が入るケースも珍しいことではなくなりつつあります。

サービス付高齢者住宅（サ高住）もたくさん建設されています。食事の心配はなくなりますが、身の回りのことが出来なければヘルパーの利用となります。その分、お金はかかります。

主治医からは、「もう高齢二人暮らしは無理だから施設に行った方がいい」と勧められても、やはり長年住み慣れた家を離れることは悩むことだと思います。

そんな在宅生活に、看護の目が入ることで、病院のかかり方、お薬の飲み方、栄養バランスの取れた食事をとり、身体をどう動かしていくかなど、必要な目と手が入れば在宅期間は伸ばすこと

ができます。

病気の悪化を早期に予防し、できる限り自宅で過ごせることを目指して訪問看護を提供しています。

訪問看護師は全て、主治医の指示書で訪問看護を行ないます。患者さんに何が必要なのか、主治医と連携して看護を行います。

では具体的にどんな看護をするのか。もしお家に看護を必要となさっている方がいると仮定して、こんな時にこんな看護をしてくれたらと想像しながら話をすすめましょう。

退院後の在宅生活を支援する訪問看護

病院から退院して、お家で療養生活を送っている方をお家で見ているとしましょう。最も大事なことは、この方の全身の健康状態のチェック。看護師の目で患者さんの健康状態を見ることです。体温、呼吸、脈拍、血圧の管理。体重は変化がないか？筋力、視力、聴力はじめ皮膚の状態はどうか。この方の意欲は減退していないか、ご家族と意思疎通はできているか。また認知機能や精神状態はどうか、睡眠は十分とれているかどうかなど…。栄養状態や排せつの状況も確認しなければなりません。

退院時の皆さんに共通することは、生活の不安であったり、暮らしの心配ですね。ご自分の体が思うようにならない中、不安は大きなストレスになります。

訪問看護師は設備の整った病棟での看護と違い、患者・利用者の生活の場で看護するというのが得意です。患者さん・利用者さんの悩みや不安を聞き、そこに寄り添うことも訪問看護の大切な仕事と考ええます。



※お好みでちりめんじゃこを加えていただいても結構です。

①菜の花は塩少々を加えた熱湯でさっと茹でて冷水にとり、水気をきる。
1.5cmくらいに切って塩小さじ1/3をふり、軽くもんで水気をきる。
②ボールに温かいご飯を入れ、菜の花、しょうがの甘酢漬けと白こまを加えて混ぜ合わせれば完成。

- 〈4人分〉
- ・ 菜の花 1束
 - ・ しょうがの甘酢漬け（薄切り） 100g
 - ・ あたたかいご飯 800g
 - ・ 白いりこま 大きじ4
 - ・ 塩 小さじ1/3

【菜の花としょうがの混ぜご飯】
暖冬を不思議がっていたらもう立春。菜の花のほどよい苦みとしょうがのさわやかな風味が魅力の混ぜご飯です。ひと足早く春をいただきますよ。



ゆうえい会
管理栄養士
田村 綾佳

田村さんの
ご飯ですよ！

立春を迎え、季節はもう春。皆様、お元気でお過ごしでしょうか？
 陽光穏やかな弥生3月お待ちかねの「ふれあい昼食会」開催のご案内をいたします。

今回はデイサービスセンターゆうばえをお借りして開催します。
 ゆうえい会厨房の手作りお弁当です。楽しいひと時をお過ごしください。

ふれあい昼食会 in デイサービスゆうばえ

日時 3月8日(日) 午前10時半受付
 会場 デイサービスセンターゆうばえ
 参加費 500円
 お申込 佐々木紀美 上地道子 藤澤道子
 参加締切 2月15日(土)
 ● お話し この地域で受けられる福祉サービス
 ● 会食
 ● 脳トレ・レクダンス
 主催 夕映えの会



私たち、ふんけいの友 皆さん、お元気ですか？

デイ、ショートでずっと一緒。「ゆうばえの家」では将棋の好敵手です。

できることはなるべく自分と、話し合っています。

「長生きして良かった、楽しいよ！」97歳
 「皆で作った施設、長生きするよ！」95歳

連絡先一覧

ゆうえい会配食事業部
 ☎ 070-4453-5228
 (担当：小島明日枝)

夕映えの会生活支援
 ☎ 070-4314-3980
 (担当：神立秀明)



ご寄付をお願いします

○タオル グループホームゆうばえ
 要らなくなったバスタオル・フェイスタオル、シーツなど

よろしくをお願いします！

編集後記

藤沢周平原作、仲代達矢主演の時代劇映画「帰郷」が公開されると聞いて大喜び。早速、原脚本を手にしました。作家デビュー初期の作品で舞台は木曾、主人公は博徒。おどろおどろした任侠物ではありませんが、実に面白い。作者本人の弁もあって、ちょっと重たいなど敬遠気味でしたが、どうしてどうしてでした。仕事から離れて空想の世界に遊ぶ時間は何とも楽しい。新潟では映画は公開されませんでした。BS時代劇専門チャンネルで間もなく放映です。
 (M記)