

# 第 178 号

発行日：2014年7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

## 住民の声

### 和食の基本はダシ

#### ひと手間かけて

#### オフクロの味を



特選海産品 大口屋  
代表 大口 幸宏

創業65年余、日本海でとれた海産物加工・乾物の仲卸商としてやってまいりました。その中でも特に、塩引き鮭・新巻鮭は、産地にこだわり素材の良さを生かした当店の主力商品です。乾物・干物は、素材を乾燥させることで、旨味がいっそう凝縮されます。昨年、和食が世界遺産に指定されましたが、これは広い意味で伝統的な日本の食文化が評価されたものと考えています。

新潟大学の若い皆さんが、「なじみのお店のものがたり」という企画を始めてくれました。500円会費ですが、私はそこで若い皆さんに、日本食のお話をしています。大事なことは、実際に食べ比べることです。若い人たちが自らの舌で、きちんととったダシで作った煮物と化学調味料のそれを味わってもらいます。生活スタイルが変わり、昔と比べ

ものにならないほど生活サイクルが早くなっています。そういう中でも日本食の原点であるダシは、簡単に取れるのです。若い人たちには煮干しや昆布を5時間から10時間、水まはたはぬるま湯に漬けておくだけで充分ダシは取れると説明し、実際に口にしてもらいます。学生さんたちが互いに顔を見合わせ、ニコツと笑う様子は「わが意を得たり」です。乾物は水で戻すことで旨味がほどけていくのです。

核家族化と云われ、二世代同居でも食事は別々という時代です。世代間の会話は薄れ、日本食の伝統が引き継がれていかなことを危惧します。近年、若い人たちの間で、朝食抜き・ファストフード志向などといわれる中、日本食の裾野を広げること、日本食の良さを伝えることが、今必要だと思っております。

町なかではコンビニ、郊外には24時間型の大規模量販店が展開し、私どものような零細な商売は大変厳しいものがあります。しかし嘆いてばかりいても詮無いことです。私どもでは10年ほど前からインターネット通販を始め、日本全国のお客様とつながる努力をしています。

母は昨年94歳で他界しました。特養ホームには空きがなく、商売のかたわら在宅での介護は本当に大変でした。この町が老後も楽しく安心して暮らせるように、そして若者が集まって来るような町にするために、様々な団体が力を合わせて、「職(ノボリ)をあげる時期」ではないでしょうか。(内野町在住)

## 2014 7月イベントの お知らせ

10日(木)

ヨガ体操

12日(土)

いっぺんこと歌おいね  
川崎和幸様

16日(水)

民謡

17日(木)

語り部

18日(金)

マジックショー  
佐々木邦次様

22日(火)

踊り

25日(金)

「赤いぐみ」諸塚幸子様他  
ハーモニカ演奏  
和泉誠一様他

31日(火)

お抹茶を頂く会  
佐々木紀美様他

### とき

午後2時30分より

※お抹茶を頂く会は

午後3時15分より

### ところ

ケアセンター「ゆうばえ」

デイサービスセンター

地域の皆様のご来所をお待ちいたします。  
「一緒に楽しみましょう。」

「健やガシニク」してます！

第10回 70歳！ 青春真つ最中！

五十嵐西 野上 博



若かりし頃、帰宅途中の車でのこと。カーラジオから流れてきた番組の中で「スポーツのある人生は2倍楽しい、できない人はスポーツ通になろう」というのがありました。今まさにそれを実感しながら「70歳の青春真つ最中」楽しいスポーツ人生を満喫しています。

今実践しているのは、登山、スキー、ランニングです。登山は中学3年生の夏休みに磐梯山へ登ったのが私の山登り人生の始まり。後に完登することになる深田久弥・百名山の第1歩で、平成20年8月の御嶽山で百座を昇り終えました。

最近では山行きの回数も減りましたが山への憧憬の心は変わることなく、近くの里山からアルプス3000m級の山まで、気持ちの赴くままに山旅を楽しんでいます。

スキーは12月から3月まで、関川村の「わかぶな高原スキー場」で、家内共々インストラクターをして、3歳児のデビューレッスンからキッズ、ジュニア、大人の初心者まで指導に当たっています。西区の子供さんたちが来るとつい熱が入ったり話が弾んできます。是非一度お出かけください。親切丁寧にご指導いたします。

お待ちしております。フリーの日は自主トレーニングをしたり、存分にスキーを楽しんでいます。

さてランニングですが、内野地区には「内野走ろう会」があり、正月2日の弥彦初詣ランに始まり、夏合宿や年末の納会まで年度計画に従って行事をこなしています。またjoyマラソンにも参加してまた変わったラン仲間と楽しく走っています。10月には「くびきの1000kウルトラマラソン」を走る予定です。

こんな訳で一年中、休む暇もないくらい70歳の青春を謳歌しています。スポーツのある人生、実にいいですね。実際にやるのは勿論のこと、山仲間・スキー仲間・ラン仲間と素晴らしい一生の仲間たちと人間関係を築くことができます。愉快に登り、滑りかつ走って、時には酒を酌み交わしながらのスポーツ談義に花を咲かせ、2倍にも3倍にも人生を楽しんでくれます。今からでも遅くありません。皆さんも始めてみたら如何でしょう！人生が2倍楽しくなること請け合いです。

さあ、今朝も走りに行ってください！

NPO法人 新潟夕映えの会 会計決算報告

平成25年3月1日～26年2月28日

(単位：円)

収入の部		支出の部	
受取利息	131	給食事業材料費	3,258,800
会費収入	30,000	人件費	2,103,415
給食事業収入	4,167,965	事業交通費	587,858
生活支援事業収入	2,009,278	福利厚生費	1,868
雑収入	42	通信費	144,891
前期繰越金	1,826,079	消耗品費	3,355
		保険料	8,770
		委託費	42,000
		会議費	936
		租税公課	161,600
		減価償却費	3,835
		雑費	16,312
		次年度繰越金	1,699,855
収入合計	8,033,495	支出合計	8,033,495



健やかに生き、健やかに老いるために

こんにちは、地域包括支援センター赤塚です。

主任介護支援専門員  
荒木 薫

地域包括支援センター赤塚は、高齢者の皆様の総合相談窓口です。赤塚という名称ですが、内野、赤塚、中野小屋の中学校区を担当させていただいております。地域包括支援センターは車で30分くらいの移動可能な地域を一つの生活圈域として、新潟市内に27か所設置されております。

ご相談を受けますと、保健師、看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員と、6名の職員で相談内容を検討し、住み慣れた地域でよりその方らしい生活を送っていただけるよう、協力させて頂いております。相談内容は介護保険にかかわる相談だけでなく、消費者被害など権利擁護にかかわる相談、介護予防にかかわる相談などあらゆる分野のご相談をお聞きしております。

主には訪問させていただきながら、その方がどんな風に地域と結びつきながら生活してこられたのか、この生活を続けていただくためにどのようなサービスをどのように組み合わせることがより効果的な支援につながるか、ご本人、その方を取り巻く方々との話し合いを繰り返しながら模索してまいります。相談をお聞きしながら、地域の方々と関係機関とのネットワークづくりの大切さを感じております。様々な機関の機能を複合的に活用して頂くことで、おひとりおひとりの支援を、より求められる生活に近づけていけると感じています。今後とも地域の皆様の身近な相談窓口として、また関係機関の方々のパイプ役となれるよう、心がけていきたいと思っております。

## 平成25年度決算報告

社会福祉法人 ゆうえい会  
平成25年4月1日～平成26年3月31日

平成25年度の社会福祉法人ゆうえい会の決算報告をお知らせいたします。

### 事業活動計算書 (単位：千円)

勘定科目			当年度末
事業活動 収支	収益	介護保険収入他	327,307
	費用	事業経費他	319,032
	事業活動収支差額		8,275
事業活動外 収支	収益	受取利息およびその他のサービス外収益	1,625
	費用	支払利息他	6,194
	事業活動外収支差額		-4,568
特別収支	収益	施設整備等寄付金収益他	21,906
	費用	その他の損失	250
	特別収支差額		21,656
当期活動収支差額			25,363
前期繰越活動収支差額			-25,092
次期繰越活動収支差額			271

### 貸借対照表 (単位：千円)

資産の部		負債の部	
	当年度末		当年度末
流動資産	112,931	流動負債	72,909
現金預金	54,884	短期運営資金借入金	14,000
未収金	53,958	未払金	48,288
貯蔵品	1,651	未払費用	9,624
立替金	2,217	預り金	45
前払費用	219	職員預かり金	950
固定資産	524,159	固定負債	365,718
基本財産	500,840	設備資金借入金	339,046
土地	86,049	長期運営資金借入金	26,672
建物	303,702		
建物付属設備	111,087	負債の部合計	438,627
その他固定資産	23,319	純資産の部	
建物付属設備	1,744	基本金	148,000
構築物	5,839	国庫補助金等特別積立金	50,192
車輛運搬具	2,573	次期繰越活動収支差額	271
器具および備品	11,030	(うち当期活動収支差額)	25,363
ソフトウェア	128		
出資金	50	純資産の部合計	198,463
その他固定資産	1,953	負債及び純資産の部合計	637,091
資産の部合計	637,091		

芦岡さんの

「ご飯じやない〜！」

ゆうばえの里

管理栄養士

芦岡 実可子

#### 「野菜の梅酒ピクルス」

ほんのり梅酒が香る大人向きのピクルスです。作りおきしておけば、ちよとした箸休めや副菜にもなります。さっと野菜をゆでる事で、歯ごたえと味のしみ込みが良くなります。

〈材料〉(作りやすい分量)

・ 胡瓜、人参、セロリ、大根

各皮つきで100g

・ 梅酒 ½カップ  
 ・ 砂糖 大さじ1  
 ・ 塩 大さじ½  
 ・ 酢 大さじ3  
 ・ 赤とうがらし 1本

・ 梅酒の梅の実 1個 (ちぎるか刻む)

〈作り方〉

- ① 野菜はよく洗って皮つきのまま1cm角の棒状に切りそろえる。
- ② Aを保存容器に入れて混ぜる。
- ③ ①を沸騰湯で20秒程ゆで、湯をきる。熱いうちに②に漬け、梅の実を加えて混ぜる。

投稿短歌

歓声が悲鳴となりて魔の二分  
サムライブルー惜しくもやぶれ

梅林に紅白の花愛でーつ  
かろき疲れをいやす甘酒

いつしかにデイサービスに通う日を  
こころまらするわれとはなりぬ

砂あらしはげしき朝の砂山は  
日かあたらしく空をかえる

リハビリに痛むあしこころかはいつ  
いたわりながらはげむ毎日

(デイサービスご利用の本間スミ子様)

# 小規模多機能型施設 「ゆうばえの家」開業しました!

毎月第三水曜日の午後に地域のお茶の間を開設しています。  
5月の第一回目は職員と地域の方によるギター演奏会。6月は笹餅作りを楽しみました。  
裏の畑には野菜の苗を植え、水やりや草取りをご利用者さんと楽しんでいきます。



ギター演奏会



甘い笹もちは大好評でした。



6月21日に初めてのきゅうりの収穫をし、さっそく食卓にのびりました!



デイサービスのフラワーアレンジメントと一緒に参加しました。

連絡先一覧

夕映えの会  
お弁当配食については  
★配食事業部へ  
090-1654-9821

生活支援については  
★生活支援部へ  
090-1431-7996  
お気軽にご連絡ください。

**生活支援、配食、運転  
ボランティア募集**

社会福祉法人ゆうえい会  
在宅ケアセンターゆうばえ  
(代)025-264-5000

ゆうばえの里  
ケアハウス 025-264-5715  
ショートステイ 025-264-5730

ゆうばえの家 025-264-0808

★介護のご相談はケアプランへ  
025-264-5701

編集後記

祖父は先の戦争で中国戦線に二度行きました。ある時叔父から「オレが可愛がっていたウサギをいきなり掴むと地べたに叩きつけて殺してしまつたんだ。びっくりして口もきけなかつた...」温厚で人望もあつた祖父でした。祖父は戦争体験について切語りませんでした。戦争の狂気を固く封印していたようでした。その孫も齢60歳。「国益、生命線」という文言で先の戦争が始まり、拡大していったことを既知しています。「他国との紛争は武力でなく話し合いで解決する」。弱腰でなく人間としての誇りある知恵だと、子どもたちに伝えたいと思います。(M記)