

20年度を振り返って

今年度も余すところ1ヶ月、20年度の活動計画にそってほぼ完了しました。今年度は研修会を中止にし、それぞれバリエーションの変わった勉強会を3回行いました。院内オリエンテーション、自然食の勉強会、人体の仕組みについて、どれも皆さまの参考になったのではないのでしょうか。

親睦会も例年のように尼崎高原ロッジで楽しいひと時を過ごしましたし、バザーでは大勢のご協力で大盛況でした。

今年が目玉は労災病院の情報誌「はあとふるポケット」第10号に関西労災病院特集を組んでいただいたことではないのでしょうか。全国の労災病院へ私たちの活動が紹介されたことは、今後の活動の励みになったと思います。他の労災病院からの反響を聞いたかかったところですが、残念ながらこの「はあとふるポケット」は第10号で廃刊になってしまいました。21年度も皆さまのご協力を頂きながら楽しく活動が出来るよう進めて生きていきたいと思っています。 杉山 嘉夫

ふれあいバザー開催



昨年12月19日(金) ボランティア主催のふれあいバザーが開催されました。この日に向けて手作り教室で準備していました作品(マイ箸袋、ブックカバー、写真飾り等)や有志のリサイクル品など、また看護部からもたくさんの品物を提供して頂きました。これら数多くの品々がテーブル狭しと並べきれないほどでした。

バザー開始時間前から大勢の方々が買いに来て下さり、大盛況でした。多くの方に喜んで頂けたこと、また多くの方の笑顔に出逢えたことが嬉しく、これからの私たちの活動の励みにさせていただきます。

二回の手作り教室にも大勢のメンバーのご協力がありましたし、バザー当日の売り子さんも20人の方が参加され、「えぶろんの会」の活動も協力体制が整ってきた感じがしました。今年もまた年末に予定されていますので、次回もおおいに頑張りましょう。 芝三枝子

図書便り2 "年間購読はじめました"

"本屋さんに無い"のキャチフレーズで目をひく月刊誌「毎日が発見」を一年間契約しました。巡回ワゴンの下段に積んでいます。色々な本も揃っております。

作業後にでも一寸立ち寄って図書室をご利用ください。

健康シリーズ⑱ 自然農法と化学農法

先日、40年間、自然農法ひと筋に、堆肥で米を育ててこられた方のお話を聴く機会がありました。

農業をしていると、毎日植物に教えられます。自然農法で育った作物は丈夫で、病害虫の害にも強いので、農薬を使う必要もありません。ここまでの土作りには10年かかりましたがね。育成途中の稲の根を掘り起こしてみるとよくわかりますよ。自然農法の稲の根は、長く細い根がたくさん出てしなやかです。ところが、化学肥料で育てた根は、太く短くてもろい。ひげ根がなく途中で切れたようになっています。根がこれでは倒れやすいし、茎も弱くてもろいですね。

この二つの米を別々のビンに入れて腐らせます。自然農法の玄米のほうは、甘酒のような芳香があり、白っぽいカビが生えてきます。もう一方の化学肥料育ちの玄米は、鼻をつくいやな悪臭を発生し、黄色や黒味がかかったカビが生えてくるのです。これだけの差は、炊いて食べてみたときもはっきり出ますよ。味も栄養も風味も、同じ玄米でも全然違います。野菜や豆類にしても同じことですね。自然農法のネギなど、切ると中からぬるぬるしたものが出てきますが、化学農法のはサクサクして、ネギの風味も栄養も劣ります。果物もそう、化学肥料で育てたものは、大きくて見かけはよくても、水っぽくて大味で、甘味も芳香も風味も足りません。毎日、田んぼや畑を見てまわるんですが、そのとき、「元気に育てよ」と声をかけてやるんですよ。何もなくても、そう声をかけるだけで、育ち方が違って生き生きしてきます。忙しくて、二、三日見回るのが忘れていたりすると、はっきりと生気が違ってきます。植物にもいのちがありますから、語りかけるとちゃんと聞いて、答えてくれるんですね。

このお話をうかがって、植物も人間も同じ、育てるのはやっぱり愛情だなあ、と感心させられました。

東城百合子著「玄米菜食と健康料理」より

私の趣味⑱ 貝びな作り

毎年1月、2月は、ハマグリのおひな様を作ります。一体、一体と作ると何とも愛くるしい物です。今年も50体ほど作りました。ひなの衿元の材料は新聞のチラシです。

ハマグリに衿を三枚重ねて、その上に和紙を張り袴の色との組み合わせを考えるのもとても楽しいひと時です。小さなお菓子箱などにおひな、めびなど、三人官女、五人ばやしと入れるとセットとして楽しめます。今年は袋に入れてみました。また、変わった感じに見えて、壁にかけても楽しめます。これからも作り続けていきます。

野尻洋子



3月・4月の行事予定

- 3月 6日(金) 看護専門学校卒業式
- 3月 19日(木) 活動調整委員会
- 4月 13日(月) 第1回リーダー会
- 4月 16日(木) 活動調整委員会
- 4月 27日(月) 会計監査

— あとがき —

寒い日が続くかと思えば、温かい日が来たり体調の維持が大変ですが、梅の花に続いて桃の蕾の大きく膨らんでいます。インフルエンザも収束に向かっているようですので、もう一息です。頑張りましょう。

広報部