

平成22年 年頭にあたり

明けましておめでとうございます。
新しい年22年が始まりました。皆さま楽しい
正月を過ごされたことと思います。

今年も病院や患者さんに喜んで
いただけるように活動を進めていき
たいと思っています。

新型インフルエンザも少しは下火になっている
ようですが、まだまだ安心はできない状態です。皆さんの
健康が「えぶろんの会」の活動を支えています。病気にならない、免
疫力の強い身体になるよう食生活や生活習慣をみなおし、元気に楽し
く活動しましょう。本年もどうぞよろしく願いいたします。

杉山嘉夫



バザーに参加して



12月18日「えぶろんの会」のふれあい
バザーが開催され参加しました。当日少し
楽しみにしながらボランティア室に行く
とすでに多くの品物が運び出されていました。

さっそくロビーで品物を並べていると、
まだテーブルに並べ終わらないうちに、これ下さい！これも素敵ねと
皿、タオル、雑貨と選びあつという間に両手に抱え、私はあわてて
大きな段ボールを持ってきて品物を入れながら少し心配になって、こ
んなに買って帰る時大丈夫ですかと聞くと、友達が後から来るからと
言いながらまた隣のテーブルへ行かれました。本当に驚きました。

手作りの袋物、売れているかなと見に行くと、大勢の人がクリスマ
スプレゼントにいいねと、白、ピンク、茶色と楽しそうに選んでおら
れました。黄色い帽子もいいなと思っていると、サッと手が伸びて
かぶり、似合っている？と聞かれ、よくお似合いですよという、い
くら？、100円です、じゃ買う有難う、なんだか私まで嬉しくな
りました。印象に残ったのは車椅子の女性の方が可愛い！と木のクマ
の飾り物を選んで本当に楽しそうに次から次へと買っていかれる様
子に私も胸がいっぱいになりました。楽しい時間を本当にありがとうございました。
吉田須賀美



図書便り6 私の推薦本

司馬遼太郎著 「坂の上の雲」 時代の坂を越える「坂の上の雲」
雄大な明治史ともいえるべき作品で、いまNHKでドラマ化され、関連
出版物が並んでいます。司馬史観とか司馬私観といわれるようにあく
までも歴史小説であって、史実とはやや離れているようです。その点
を留意することも、読書の趣かもしれません。 高橋信義

健康シリーズ24 本物を見分ける目を！

本職の専門家にパンの作り方を習った方が、手作りの酵母パンを
試食用にと持ってきてくれました。おいしそうなパンでしたが、真白
い粉で仕上げてありました。自然の小麦粉は、小麦色の肌という表現
があるように、外の皮を剥いても真白ではなく、うす茶色がかってい
ます。真白なのは、漂白したのか、あるいは外皮を相当剥いて、芯の
ところだけをとった粉で、自然の粉ではありません。せっかく自然
に帰り、自然の恵みを大切にしようとして手作りするのに、そのいのちを
失うような手作りでは逆行です。

また、ある人は味噌作りの講習に行き、味噌樽は木ではだめで、
ポリ樽が一番いいと聞いてきました。木樽だと味噌の成分がみんなし
みこんでしまうからだめなのだ、という説明だったそうです。多くの
人はその説明に納得して、ポリ樽をかっていった、ということでした。
少し疑問に思っても、本筋がぼやけていると迷いだして、つい乗せら
れてしまいます。手作り講習会の背後にポリ樽メーカーがついていて、
その売らんかなの宣伝に乗せられてしまったのです。木樽が無理なら、
カメやホーロー引きの容器を使うことです。

今は見かけのよさだけを追求したもの、新手新車で考え出した商品
がめまぐるしく登場する時代です。いのちを大切に生きようと思うな
ら、何が本筋か、何が本物か、自然とは何なのか、そこに本当のいの
ちが躍動しているかどうか、しっかりと見分ける目を持ち、流されず
に生きる勉強をしていかなければならないと思います。

東城百合子著「玄米菜食と健康料理」より

私の趣味23 小物収集

私の趣味は、旅先での思い出として…小物を
集めることですね。例えば地名入りのコーヒ
ーセット、招き猫、縁起ものカエル、耳かき(200
本)など集めて50有余年、それに必ず主人と私
の干支(馬、鳥)このセットは10年位前か
らなので数は少ないです。



求める時のこだわりとしては材質(長年於いても色や形が変わら
ない)値段(150円~500円)で楽しい時を過ごせました。

次の趣味は私的には興味ですね。見て挑戦、聞いては挑戦、音のあ
るもの大好きで、キーボードとハーモニカはシルバー人材センター
(会員)で年一回の演芸会に(アルカイック)必ず出演出来るし、ボラン
ティアで演奏に行くこともあり励みをもらいながら楽しんでいます。
楽しみながらといえば、民踊、これも趣味ですね。綺麗な着物で舞台
に立つと晴れ晴れします。夏は粋な浴衣で汗かいて…気持ちいいです。
生活の中では老人会や町会の世話で忙しい毎日を動けまわれる自分
に感心します。病院でのボランティアを見て、考え、学べた心の財(タ
カ)を失うことなく終わりを知らない生き方で頑張ります。三角昌子

1月・2月の行事予定

- | | |
|----------|----------|
| 1月 1日(金) | } 正月休暇 |
| 1月 4日(月) | |
| 1月15日(金) | 第4回リーダー会 |
| 1月21日(木) | 活動調整委員会 |
| 2月19日(木) | 活動調整委員会 |

— あとがき —

新しい年に目標を立てられた方も多と思いますが、今年は何にトラ
イされますか？何をするにも体調管理！病院内と外との温度差が大
変ですが、頑張りましょう。 広報部

