

# 身障だより 響(ひびき)

☆ 新しい年を迎えて

会長 今 順子

新年あけましておめでとございます。皆様におかれましては、お健やかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

一昨年来のコロナ禍の影響により、全世界が大変な状況下の中、当協会からは罹患者が出ていないことは、とても嬉しいことです。

でも多くの周りの人たちが、感染している現状では、いつどこで感染してもおかしくない状況です。

今後も皆様と共に、マスク着用、手洗い、うがいなどの予防を心がけていきたいと思っております。

そのような中でも、皆さんが参加してくださいました『ポッチャ大会』や『軽スポーツ大会』では、皆さまのお元氣な顔を見ることができ、とても嬉しく思っております。

どちらの行事にも北海道福祉教育専門学校生徒さんがご支援くださり、大変ありがたく思っております。

まだまだ予断を許さないコロナの感染です。インフルエンザの心配も懸念されています。

引き続き、マスク着用、手指消毒

うがいなどの予防は継続されますよう、お願いいたします。

本年も皆様と共に健康に気をつけ、楽しい一年になりますよう、心がけていきたいと思っております。

月並みではありますが、一日も早く、コロナが終息し、皆様と大きな声で笑い合える日が来ることを願っています。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



謹賀新年 令和五年元旦

|       |       |
|-------|-------|
| 会長    | 今 順子  |
| 副会長   | 佐藤 節子 |
| 総務部長  | 今 順子  |
| 事業部長  | 富塚 初雄 |
| 体育部長  | 富塚 初雄 |
| 文化部長  | 富塚 初雄 |
| 婦人部長  | 佐藤 節子 |
| 婦人副部長 | 笠原 幸子 |

\* 編集発行・登別身体障害者福祉協会

・ 登別市片倉町六丁目九番一登別市総合福祉センター内

・ 電話番号 090-8663-8006

・ 発行責任者 今 順子

・ 理事 伊藤 千春  
・ 監査 安藤 文祐

\* 皆様のご健康とご多幸を祈念しております。本年も役員一同頑張りますので、よろしく願っています。

\* 事務局長の荒木さんは喪中に付き、新年のご挨拶を遠慮いたします。

☆ 『新春 ポッチャ・ゲーリング大会』のお知らせ

先般お知らせしております『新春ポッチャ・ゲーリング大会開催ですが、お正月に運動不足になったりしていませんか？

程よい汗をかき、ちよつとほかり頭を使って、身体を動かしてみませんか？

今年度も市内の小学校で『福祉の授業』の中で、『ポッチャ』を体験していただきます。

初めは旨くできなかつた生徒さんも、回を重ねることに、白のジャックポールに上手にチャットし、点数を稼げるようになりました。

最後は盛り上がりを見せ、勝負に大奮闘です。

皆さんも小学生に負けないよう、頑張っていたください。

『ゲーリング』はもともと白老町で冬のスポーツとして考案されたスポーツです。

マットは『カーリング』のマットを使用し、『ボール』は『ゲートボール』の室内用のイボイボボールを使用、『クラブ』は『パークゴルフ』のクラブを使っています。

ところが、考案者の白老町ではあまり普及していないようで、近隣の室蘭市や登別市で、行われているというのも不思議な感じがしますね。

どちらのスポーツも当協会では馴染みのスポーツです。

皆さまと共に楽しい一日を過ごせると良いですね。

皆さまのご参加お待ちしております。



ポッチャ



ゲーリング



☆『塙の中の面々ならぬ  
病院・病室・病棟』  
安藤 文祐

小生の生活リズムは、午前七時に起き、午後十時に就寝する。

夜中は、午前二時と五時ごろにトイレに起きる。病院に入院しても同じである。

昨年は一回入院したが、十二月のベースメーカーの入れ替え入院の時のでき事である。

ここ数年の入院は、まことに淋しいものである。『ゴロノ』のためである。見舞客はもとより、家族も入れない。病室に入ると、マスクをきちんとつけた患者は、ベッドのカーテンを開くことができないが、それを完全に守れない人は、カーテンのため顔を見ることがない。静かなもので、刑務所に入っているより厳しく感じた。(小生はは入ったことにはありません)

入退院の人が出入りする時、トイレに行く人のいる場合、どんな人なのか、わかる程度である。

手術も終わり、三日目頃に、一人の女性が入院道具を持参し、小生より左二つ目の二人病室に入っていた。入院してくる女性だけに、やや下向きであつたが、年のころは三千から四十歳に見えた。その『年齢』を感じたのは、『黒髪』で、背中まで伸びていたため、『黒髪』の長い美しい女性』というイメージであつた。小生だつて、八十歳を超えても男である。

美しいものには心が引かれるのは当たり前である。

先にも記したが、午前二時ごろにはトイレに行くことが多い。その日も、歩行器にのりかまりながら、トイレに向かう。『丑三つ時』である。数十人もいる病棟も二番静かな時間と言えよう。

トイレには灯りがあるが、小生が入る際、人の気配を感じた。入院用の白くて軟らかい靴を履いているから、音はしない。小生の背後に、誰かがいるように感じた。『心臓』の治療に来ているのに、大きく息を吸って、静かに後ろを見えた。『長い黒髪の女性』であつた。軽く頭を下げてくれた。入院してきた時とは、まるで違つて見えた。どう見ても六十歳過ぎた女性であつた。美しかった長い黒髪も、染めたものであつた。

この年になると、恐いものはないと思う人がいるだろうが、そんなことにはない。やはり、『身の毛がよだつ』ものであつた。

翌日の午後七時ごろ、休憩室から公衆電話をかけた。もちろん、妻である。髪は長いほうであつた。『パーマ』もかけて、少々髪を短くした方がいい。『アドバイス』した。退院時には、ガラリ変わつて、短い髪形になつていた。

『複雑な家庭内』  
テレビの水戸黄門を見ているので、八十歳以上であらう。小生の隣のベッドの患者である。

離婚しているという。子供は結婚したが、数年前に離婚したようだとその事。

『話し合つてくれないので、家庭内のこととはよくわからない』という。ただ生活は全く別々。

かつての妻は、一階で国民年金生活。息子は、なんで食つていのかかわからないという。

一週間に二、三回帰つてくるといふ。『俺は厚生年金で、この家を持つている。だから家賃はとらない。さらに電気・ガス・水道などは俺が払つている。』

『俺の食事は、ここ数年、近くにあるコンビニを利用している』とのこと。二階に住んでいるが、階段から落ちて、腰の骨を折つたという。

訳の分からぬ家族ならぬ他人同志の生活。

ただ一番参つたのは、昼食の時間になると、『うんこ』のくせがあることだ。同じ病室の中で、カーテン越しに、『うんこ』をするのだから、たまつたものではない。本人は『グロ』としている。

『人生、いろいろ……』  
人間も、いろいろ……』



☆ 富岸小学校学習発表会

十二月六日(火)富岸小学校の福祉の学習発表会に行つてきました。

『聴覚障害者』、『視覚障害者』、『肢体不自由児者』、『高齢者』の四部門に分かれて、八月二十日(火)に学校で行われた『福祉の授業』を学びでの発表会です。四年生の子供たちが、パソコンを上手に使い、パワーポイントを使つての発表に、とても驚きました。

画面で伝わらないものを実際に段ボール等を使って製作したり……。今どきの子供たちです。中々感動することが多かったです。中でも子供たちが考えた目の見えない人が車を運転できるように、ペーパを人力し、目的のまま車で行けたら……。もっと便利になると……。発想には、本当にびっくりしました。また、車椅子で階段の上り下りができないというのことに對しては、階段をエスカレーターにしてはどうか等など、とてもユニークな発想だと思ひました。

私たちの小学生時代とは違い、コンピュータを上手に使い、発想も豊かで、将来がとっても楽しみです。

子供たちが考えたことが、実現すると障害を抱えている人たちは、もっと生活しやすくなるのでは思ひます。

私からは、いらまもその優しく、温かい心を忘れず、障害を抱えている人たちを支えてくれることを願つていふことを伝えた心温まる一日となりました。



☆『パソコン教室』終わる

十月二十五日(水)・二十六日(木)の二日間、北海道身体障害者福祉協会主催により『パソコン教室』が、総合福祉センター・団体活動室で開催されました。受講者は六名。パソコンプラザ室蘭の講師二名の指導により、開催されました。今年は『オリジナル・トートバッグ』作りと、年賀状の作成を行いました。

『トートバッグ』作りでは、両面にプリントをしました。片面には全道大会に参加するときに使用できるように、全員同じ『くじら』の可愛いイラストをプリント、もう片面には、受講者がインターネットより選んでオリジナルのプリントをしました。時季的なこともあり、年賀状の作成も行いました。

全くパソコンに触れたことがない受講者には、講師のマンツーマンの指導により、完成することができました。

今年は二日間でしたが、事前に講師とも打ち合わせをしていましたのでスムーズに行きました。

全道大会開催時には、お揃いのトートバッグを持参していくのを楽しみにしています。是非、皆さんに見てもらいたいと思っています。

講師の先生方、受講者の皆さま方、二日間、お疲れさまでした。



『トートバッグ』に全員で『可愛いくじら』をプリント!

☆高野幹雄さん全国大会出場  
金メダル二個獲得!

十月二十九日(土)から三日間、栃木県にて第二十二回全国障害者スポーツ大会が開催されました。

当協会から選手として出場された高野幹雄さんが水泳競技のバタフライ25m、自由形25mで見事優勝!二個の金メダルを獲得しました。おめでとうございます!

十二月二十二日に小笠原市長にも優勝の報告に表敬訪問し、お祝いの言葉と、労いの言葉をいただきました。

今後ますますのご活躍を期待しております。



☆北身協理事会開催

十一月二日(水)札幌のかでる2・7で、北身協の理事会がありました。今年度の事業報告、来年度の予定など、大まかな説明がありました。

中でも、コロナ禍により登別大会以来三年も中止になっている全道大会を何とか開催できないかということ、真剣な話し合いが持たれました。

藤田会長の所属する紋別市での開催のメドがあったということで、嬉しい報告もあり、一同安堵しました。

開催にあたり、以前と同様の大会を開催することは無理ということで、コロナの感染対策を徹底の上、人数も従来の半分くらいに抑えて人数制限し、大会の内容も時間短縮し、簡素化にすることが重要と、皆さんの意見が一致しました。

又、コロナの感染を鑑みて、状況によつては無理(中止)になることもありうるということを、理事の皆さん、同意見でした。

来年は四年ぶりになる全道大会開催を目指して、理事の皆様と共に、今後、より良い骨子を組んでいきたいと思っております。



☆忙しかった十月

十月中には一日(日)の『市民スポーツフェスティバル』に始まり、十五日(土)の『三市交流パークゴルフの集い』・二十二日(土)の『軽スポーツ大会』・二十五日・二十六日の『パソコン教室』と行事が集中し、参加された皆様、準備に走り回った事務局も大忙しでした。

北身協・登別市・道の行事が入ってしまい、予定よりも多くの行事を実施することになりましたが、皆様のご支援・ご協力により、無事に終了することができましたこと、感謝申し上げます。

今年も北海道福祉教育専門学校の生徒さんの心強い助っ人も大きな力になりました。あらためて、感謝を申し上げます。

又、片倉町に住んでいる元『ちいむ愛』の皆さま方には、いつも変わらぬご支援をいただき、本当にありがとうございます。

そして、何よりも参加された会員の皆さま、本当にお疲れさまでした。



軽スポーツ大会より『水入れ競争』



☆ 簡単クッキング

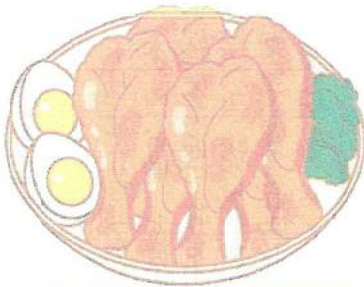
《鶏手羽のさっぱり煮》

\*材料 (二人分)

- ・鶏手羽もと・・・6本
- ・にんにく・・・1片
- ・しょうが・・・1片
- ・プロッコリー4房
- ・サラダ油・・・小さじ2
- ・A・・・酒・・・50cc
- ・酢・・・50cc
- ・砂糖・・・大さじ5
- ・みりん・・・大さじ1
- ・しょうゆ・・・おおよそ3

\*作り方

- ① にんにくとしょうがはスライスする。プロッコリーは茹でて水にさらす。
- ② 強火で熱したフライパンにサラダ油を引き、手羽元を焼き色がつく程度に炒める。
- ③ ②にAの調味料、にんにく、しょうがを加えて、煮だしたら弱火にし、蓋をして二十分、時々混ぜながら煮る。
- ④ 器に盛り、プロッコリーを添える。



コクと酸味の絶妙なバランスが楽しめます！

☆ダイヤモンドペイント

の楽しさ



この頃、少しはまっているのが『ダイヤモンドペイント』と言って、小さいビーズを絵柄通りに張り付けて、一枚の絵にしていくものである。

小さいものから大きなものまで、何枚作ったかわからないくらい作っている中でも『孔雀』は初めて手掛けた大作である。一粒一粒、ビーズを選んで貼り付けていくたびに、絵が浮き出て、楽しくなってくる。

先日、小さなカフェで展示会をやらせてもらった。その中で、『猫』がとてもかわいいと好評でした。私は猫が嫌いでしたが、この猫の表情がとてもかわいくて、可愛い目に負けて作りました。大きなブルーの目がたまらなく可愛かったのです。その表情に心を打たれて仕上げたのですが、やっぱり・・・可愛い・・・！

この『猫』と『ひまわり』・『孔雀』はとても好評で、自分でいうのもおこがましいが、見事な出来栄です。

最近地域活動支援センターの利用者の皆さんにも大流行で、ほとんどの人が手掛けています。

難しくはないのですが、根気のいる作業だと思えます。

「ま粒ほどのビーズを画面上においていくと、絵柄が浮き出てきて、とっても楽しいものです。皆さんも挑戦してみたいかがですか？」

☆ 市長懇談会開催

令和五年二月一日(水)午後一時半から、しんた二階多目的ホールにて、市長との懇談会が開催されます。

皆様の声を届ける良い機会ですので、要望・苦情等がありましたら、是非お聞かせください。

当協会からは、今会長・佐藤副会長が出席予定です。



【短歌】

\*今田 ヒデ子

・老いたれば整理をしつつ楽しまんと  
旅の資料は押し入れに増えし  
・大正生まれの吾なれば  
一人で生きるはたどきなしこの先幾年

【川柳】

\*今 順子

・寄り添って 歩いた頃を 懐かしむ  
・独居の身 試行錯誤の 繰り返し  
・写真写り良いですなて 誉め言葉(?)



《編集後記》

今年もあっという間に一年が過ぎようとしています。

どうしてこんなに一年が早く過ぎるのか・・・よく考えてみました。わがかりませんでした(笑)

一日二十四時間、一年三百六十五日。は毎年変わっていないのに、なぜ、時間のたつのが早く感じるのだろうか？ 皆さんはこんなこと感じたことありませんか？

来年は七十六歳を迎える、名実ともに(?)、立派な後期高齢者である。

記憶力が少ずつつ低下しつつある。気力・体力も衰えが目立つようになった。でも、好きな車の運転だけは、もう少し、続けたいと思っている。

周りの人に迷惑をかけないように、自分でできることを、無理なく、継続してやっていくことを、心がけたいと思うこの頃である。

今年一年を振り返って、十二月に開催されたサッカーのワールドカップは、サッカーを知らない人でも、日本中をくぎ付けにした嬉しいニュースである。

優勝候補のドイツ・スペインを破って、念願のベスト8に届こうかという所まで行った。残念ながら、ベスト8には入れませんでした。素晴らしい活躍で、日本中を大いに楽しませてくれました。

オール・ジャパンの選手・監督・コーチの皆さま、感動をありがとうございました。ブラボー!!!

(今 順子)