



なじょしたあ

米沢市社会福祉協議会
生活支援相談員
R3.5.6 発行
Vol.104

5月は晴天の日が続く気持ちのいい季節で、そよ風が海の上、山の上、新緑の上を渡ってかおりを運んできてくれる、一年で一番いい季節です。皆さまいかがお過ごしでしょうか？

『新型コロナウイルス感染症』が終息しない現状ですが、感染症対策をしっかり行いながら避難者支援事業のイベントを6月に計画しましたので参加してください。

- ・ 新生活支援相談員の自己紹介
- ・ 町のお地藏さん
- ・ 今月のペットちゃん



- ・ 5月の行事予定
- ・ 米沢の伝統野菜&料理シリーズ
- ・ 6月のイベント情報



新生活支援相談員の自己紹介



みなさん、こんにちは!!

4月1日から生活支援相談員となりました佐藤正則です。「新型コロナウイルス感染症対策」を取りながら、皆様に寄り添って行きたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

社会福祉協議会では、避難者生活相談支援、地域福祉事業、ふれあい子育てサロンに関すること、機材の貸出の業務を担当します。

皆様からいろいろなこととお話して頂けるような相談員になる事を目標にしていますので、不安なことなどは、ためらうことなくお話しくださるようお願いいたします。

前職は保険の仕事をしていた関係でお客様とのお付き合いが20年、30年と長いため、南原のお父さん、窪田のお母さん、というように、お客様に手取り、足取りして色んな事を教えて頂いたおかげで、花・野菜の苗栽培、山菜・きのこ採り、花・苗木の接ぎ木栽培、写真、旅行、将棋、など季節に応じて色んな事をしています。



今月の ペット ちゃん

私の名前は ゴン太です



生活支援相談員 佐藤宅の犬
名前の由来は特にはないですが、山に連れて行くと本領を発揮する。保育園や近所の子供たちに人気の柴犬2才、オス

☆皆様のペットもぜひ「なじょしたあ」で、紹介させてください。



“町のお地藏さん” (健康一口メモ)

コロナ時代と治癒力ー正直さと共感ー

Dr 小林 恒司

コロナの季節も長期化しております。この季節に入って、感染症の影響の中で、特に深刻に思われるのは、関係の切断、分断です。置かれている立場、リスク意識の持ち方で、人間が分断化されている、そして孤立化していると思います。本当はひざづめでコミュニケーションすべきところがウェブ上のコミュニケーションに代替されています。それでむしろ明らかになったのは、リアルなコミュニケーションのかけがえのなさであったと思います。

診察も、ネット上でという流れも作られつつあります。電子音に変換された会話が診察になるのも、リアルなコミュニケーションの下地があつてのことです。診察場面で心がけていることは、信頼感を醸成して、正直に語ってもらうことです。これが治癒力、回復力を引き出す第一歩です。自己防衛せず、評価を気にすることなく(いいとか、悪いとか、恥ずかしいとか)、正直に語る。不思議なことに正直な語りの中に解決のための知恵が現れてくる。それが受け止められ、本人に返されるときに、治癒力の発現してくる環境が整えられる。精神科の診療の場でやっていることは基本的にこういうことです。これを診療室にだけとどめておくのはもったいない。これをあらゆる関係性に広げていくときに治癒力の輪が生まれる。

信頼関係の中で、自己防衛せず、評価に引きずられることなく、あるがままの自分を見、それを正直に語る。そして、それが相互に受け止められるという関係性の中に、不思議な知恵と治癒力が生まれる。こういう関係性の中にあるとき、治癒力、免疫力が賦活されてくる。ワクチンばかりでなく、こういう関係性の輪によって、コロナウイルスと対峙する。難しい課題ではありますが、希望を感じますね。

4 日 月 火 水 木 金 土 日
2021 1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28 29 30

5 May 2021

6 日 月 火 水 木 金 土 日
2021 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12
13 14 15 16 17 18 19
20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30

5月の行事予定

- ・ 1 1 (火) 10:00 男の筋トレ (万世コミセン)
- ・ 1 2 (水) 10:00 歌声クラブ (東部コミセン)
- ・ 1 3 (木) 10:30 福島就職応援 (置賜総合文化センター)
- ・ 1 4 (金) 10:30 赤ちゃんサロンかんがるう (置賜総合文化センター)
- ・ 1 6 (日) 9:00 早坂山ハイキング (万世コミセン)
- ・ 1 8 (火) 10:00 子育てサロンばらだいす (東部コミセン)
- ・ 2 1 (金) 19:20 親子星空探検 (児童会館)
- ・ 2 4 (月) 10:30 マザーズお仕事相談会 (アクティー米沢)
- ・ 3 0 (日) 9:00 米沢田んぼアート (三沢コミセン)
- ・ 3 1 (月) 10:00 ヨガ健康教室 (東部コミセン)

*福島県相談窓口及びきっさ万世は未定です。

新型コロナウイルスの感染症予防注射の日程

5/8、5/9、5/22 (午前、午後) 5/15 (午前)

5/12、5/13、5/19、5/20 (午後) 場所 すこやかセンター

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
25	26	27	28	29 祝日	30	1
2	3 祝日	4 祝日	5 祝日	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5



米沢の伝統野菜&料理シリーズ No.1 うこぎ

【来歴と特性】

うこぎは、江戸時代、米沢藩主上杉鷹山公が推奨したもので、現在も日常的に利用されています。一度摘んでも次々と新芽が出て、米沢ではその新芽を食べています。また、食用のほかに、垣根としても古くから利用されているすぐれもので、日当たりも環境も選ばない適応性の高さを持っています。

あるテレビ番組では、米沢で【垣根を食べている人たちがいる】という紹介もありました。

うこぎの切和え

【料理】

- (1) うこぎは沸騰した湯に塩を少々入れ、30秒位茹でて、水気をきっておく。
- (2) 味噌・砂糖をなべに入れ、弱火で5分位練る。それを冷ましておく。
- (3) うこぎと味噌をまな板に置いて、混ぜながらみじん切りにする。

均等に混ぜたら器に盛る。

・他には、うこぎご飯、うこぎ天ぷら、うこぎパウダー、うこぎ茶などがあります。



6月のイベント情報



さくらんぼ狩りとまほろば(高島)巡り

6月25日(金) 是非 参加してください。

詳しくは米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせください。電話 0238-24-7881

編集後記

皆さま、ゴールデンウィークはどのように過ごされましたか？

新型コロナウイルス感染症による外出の自粛等で、例年に無いストレスを感じているのではないのでしょうか。

5月9日(日)母の日です。感謝を込めて、手紙を書いて送ったらどうでしょうか!!

市内、県外に関わらず贈り物に手紙を添えて見たらいかがですか。私事ですが一昨年から妻に驚かれながら義理の母へ手紙を添えて贈り物を送っています。