愛知県被災者支援センターニュース　第115号 令和２年１月25日発行

あおぞら

発行：愛知県被災者支援センター
住所：名古屋市中区三の丸 3-2-1
愛知県東大手庁舎１階
TEL：052-954-6722
FAX：052-954-6993
開館：月曜～金曜　10 時～17 時

＜あま市全小･中学校の生徒から避難者の皆さんへ贈られた
「寒中見舞い」の絵手紙約 3,900 通の一部＞

「里山を歩きましょう」（1/22）@熱田神宮の森散策

≪もくじ≫

P1. 表紙写真（あま市の小･中学校絵手紙）「里山を歩きましょう」（熱田神宮初詣）
P2. 似内さん･インタビュー、冬休み招待イベント交流会アルバム（～P3）
P3. 餅つき･石窯交流会@岡崎
P4. イベント情報、さっちゃん&カナさんのレシピ、編集後記

訪問インタビュー／似内成子さん〔岩手県→蒲郡市〕　（編集委員：瀧川裕康）

似内さんは、昨年 10 月、車を運転中に目まいがして脳梗塞で入院となりました。その後、10 月 23 日にリハビリ専門の病院へ転院し、リハビリに励まれています。1 月 6 日に可知病院（豊川市）にお見舞いがてら訪問インタビューをしてきました。

さて、ここのリハビリは非常に厳しいようですが、似内さんはそんなことには屈しない人です。廊下を 30 周約 3km、スマホの記録では約 8,000 歩。「やり過ぎ」と叱られて、似内さん(81 才)さすがに自粛、今は 10 周にしているとか。リハビリに付いていくと…風船を上に向けて軽く叩きながら、PT(Physical Therapist＝理学療法士)の指示に答える。段々難しい質問が指示される。難しくなるに従って似内さんは風船を落とす回数が増え、バランスを崩して前に倒れそうになる。が、似内さんは倒れない。PT はその動作をじっと見守る…こうやってメニューを変えながら、毎日リハビリを実施するそうです。

私の訪問までに、そういう日が既に 2 か月以上続いています。自由にならない体と心にいら立ちを覚えながらやり遂げるのは、相当な覚悟が必要だと想像できますが、それを毎日やり遂げている似内さんは「すごい人だな」と心底思いました。そう思うのはドクターも同じのようで、1 月 11 日に退院予定の似内さんに、『手記』を書いてほしい、と要望されたそうです。途中まで書いたノートを見せてもらうと、上半分は文字で埋まり、下半分は消した形跡があり、「思ったように書けなかったので一度消した」とのこと。『手記』が、次にリハビリを受ける人の勇気に繋がることを、似内さんは期待されています。

避難当初は、孤独感にさいなまれ「自殺」も考えたとお聞きしましたが、得意のパッチワーク教室を任されるようになって、すっかり自分を取り戻されました。パッチワークを教えてもらう生徒さんは、同じ避難者の女性たち。パッチワーク教室を見守るのはレスキューストックヤードのスタッフ。かれこれ 5 年間続いています。助けたり助けられたり、人ってこんな風に支え合う素晴らしい存在だと感激しました。体調が戻ったら生徒さんたちに望まれて、再びパッチワーク教室を開くことになるのでしょうか。既に次の作品を作製しています。やがて「本当に脳梗塞だったの？」と誰もが尋ねることでしょう。

冬休み　招待イベント交流会　アルバム

①豊通ファイティングイーグルス名古屋の観戦

迫力のある試合を楽しみ、選手と記念撮影

（12/21･22　愛知県共同募金会提供）

②劇団飛行船「アラジン」

マスクプレイミュージカルを鑑賞、お礼の手紙･絵を書きました(12/21　日本特殊陶業株式会社提供)

餅つき･石窯交流会　＠岡崎市石原町･エトセ工房　(1/19･日)

夏の『風舎』の森林浴･石窯ピザ交流会は参加したことがありましたが､冬は今回初めて参加しました｡いつもの美味しい石窯ピザと､さらにつきたてのお餅まで食べられるということで､申し込み用紙を見てすぐに応募しました｡お餅つきもなかなか体験できないことなので、楽しみにしていました。

（主催：風舎ピザ実行委員会　参加者:7 世帯 15 名
うち子ども 5 名　他､『風舎』等関係者約 35 名）

いつも笑顔で迎えてくださる『風舎』の代表磯貝さん、支援センターのスタッフの方の挨拶から交流会が始まりました。たくさんの方々がこの会のために準備をして下さるおかげで、毎回楽しく過ごさせていただけるんだなぁと、本当に感謝の気持ちでいっぱいになりました｡つきたてのお餅を「もうお腹いっぱい！」というぐらいいただいたので、「ピザも食べられるかなぁ」と心配になりましたが､ピザの焼けるいい匂いがしてきたら､またお腹が空いてきて､ピザもたくさんいただきました｡自分で生地を伸ばして、いろいろトッピングして作るのも､とても楽しかったです｡ピザを石窯で焼くのは、見ていると簡単そうに見えるけど、焼き方を教えてもらって自分でやってみると、なかなか難しかったです。頼もしい男の子(A 君･小 6)がずっとピザを焼く担当をしていて、とても上手にやっていたので､「すごいなぁ」と感心させられました。

子どもたちは、焚火に落ち葉を入れたり、枝に火をつけたり、普段なかなかできない“火遊び”に夢中でした。今回もとても楽しい交流会でした。

ありがとうございました。(けいこ)

冬休み　招待イベント交流会　アルバム

③「冬休み人形げきじょう 2019　てぶくろをかいに」

人形に触らせてもらいました！(東日本大震災復興応援企画 12/21～24　1/4　人形劇団むすび座提供)

④「クリスマス会で楽しい思い出を作ろう」

みんなで親子丼とババロアを作りました
(12/21 愛知淑徳大学なごやであそび隊提供)

2･3 月イベント情報

※イベントの一部を掲載しています。

開催日	イベント名	内容（主催など）	最寄駅
2 月 8 日(土) 13：00～ 16：00	講演会･座談会「**知りたい 理解したい 起立性調節障害(OD)のこと**」(参加費無料) @名古屋国際センター別棟ホール	思春期の子ども特有の病気(めまい 頭痛 朝起きられない)起立性調節障害(OD)について、医師のお話、家族会による情報交換 (共催:家族会「ポレポレ」他)	名古屋駅から東へ徒歩 3 分、地下鉄桜通線「国際センター」駅下車すぐ
3 月 1 日(日) 9：05～ 12：30	「**マコケン＆原告 原発事故被害 だまっちゃおれん！**」(参加費 1000 円)@名古屋市立大桜山キャンパス	おしどりマコ･ケン トークライブ(ほか名市大生・原告トーク)(主催:だまっちゃおれん原発事故人権侵害訴訟･愛知岐阜原告団)	地下鉄桜通線「桜山」駅下車すぐ
3 月 1 日(日) 13：30～ 16：30	「**瀬戸 311 おしどりマコケン原発事故取材報告**」(800 円)@瀬戸市文化センター文化交流館	芸人おしどりマコ･ケンの原発事故取材報告（主催:「たのむぞ、おとな in せと」実行委員会)	名鉄瀬戸線「尾張瀬戸」駅 徒歩 15 分
3 月 1 日(日) 10：00～ 15：00	「**ふれあいひろば小牧**」(参加費無料)@小牧市総合福祉施設ふれあいセンター	皆で温かい鍋を作り、寒さに負けず交流しよう(主催:ふれあい小牧実行委員会)どなたでも歓迎！	名鉄小牧線「小牧駅」下車徒歩 15 分

カナさんのレシピ《レモンアイス or 柚子アイス》

昨年末に実家から沢山の柚子とレモンが手に入りました。どちらも実家の庭にある木のもの。愛知県産で無農薬！皮まで全て頂こう～。ジャム･お茶･サラダ･ドレッシング…う～ん使い切れない。そんな時、我が家の梅アイスのレシピを思い出しました！その応用で全てをおいしく頂き中です。熱々のお鍋の後にさっぱりしておススメです！

〔4 人分〕

①.皮ごとレモン 1 個(種は除く)を適当に切る

②.バナナ 1 本またはりんご 1 個を適当に切る

③.①と②をミキサーに入れ、全量が 400ml になるように牛乳を注ぐ

④.よくかき混ぜ、容器に注ぎ、1 時間冷凍する

※レモンや柚子の酸が牛乳のタンパク質を変性させ、トロミがつきます。バナナやりんごの甘みがほどよく､砂糖は不用です｡1 時間ほどの冷凍が、半分くらい凍って食べやすくて、おススメ！

さっちゃんのレシピ《魚の水煮缶チーズ焼き》

〔**材料**〕イワシまたはサンマ（サバでも良い）の水煮缶 1 缶、トマト中 1 個、ピザ用チーズ 70ｇ、パセリのみじん切り少々

〔**作り方**〕

①.耐熱皿に魚の水煮缶を入れ、その上にトマトのみじん切り、ピザ用チーズをふりかける

②.①を 170℃のオーブンでチーズが少しこげるまで焼く

③.焼きあがった②にパセリのみじん切りをふりかけ、出来上がり

※手元にある材料で、手早くでき、なんとなくご馳走感があるのが良いところ。さらに、家計にやさしいのが最高の魅力です。

【編集後記】我が家の庭の片隅に、母の大好きなクリスマスローズの花が咲きました。花言葉は『癒し』。入院中の母に持って行ってあげたいのですが、「お見舞いのお花は衛生上、出来るだけお控えください」の貼紙が…。写真で我慢してもらいましょう。(K.K)