

<p>NALC</p> <p>拠点</p> <p>ボランティア活動のご相談・ご用命は TEL: 072-800-8141 FAX: 072-800-8145 メール: nalc-katano@alto.ocn.ne.jp ボランティア活動の内容は HP: http://ktn-nalc.com/</p>		<p>交野 会報</p>	
---	---	------------------	--

気になることの ひとつ 「万葉びとの酒と食を訪ねて」から

顧問 豊島 隆 (幾野地区)

おおよそ20年前のこと。とあるグループの記念行事として日本の酒と食、いわゆる万葉時代にどのような酒を飲み食(肴)をとっていたかを探る「万葉びとの酒と食を訪ねて」という活動を計画推進することになりました。

そこで酒と食のグループに分かれて進めることになり、私は「食」のグループを担当することになりました。

その取り組みでは、先ず「日本の食文化の発達～祭りを手掛かりに」を桜井女子短大の富岡紀子助教授に話して頂きました。内容は「奈良地方の古社に伝わる神饌から古代の食や調理を推察」したものでした、この講話をヒントに「お祭りの供物(神饌)を見学する会」として、

畝火山口神社(デンソノ祭り)や飛鳥坐神社(おんだ祭り)などを見学したり、地元の社寺「磐船神社」などについても調べることができました。また、テレビなどでおなじみの伝承料理研究家、奥村彪生さんに「往

時の酒と食の話」を聞きました。講話は、平城宮跡の一角、長屋王邸跡から出土した木簡をもとに推察した料理と経験談でした。お話によると、当時の食事は朝夕2食が普通、主食は米で、副食は魚・海藻・野菜・漬物などだったとのことでした。

ところで私達「食のグループ」では、それぞれが図書館や博物館、インターネットで調査した結果を持ち寄り「再現・試作」に取り組むことになり、分担して試作レシピ(別表)を作成、発表会で公開することができました。

表題の「気になることの ひとつ」は、この調査の過程で代表的な万葉歌人 大伴家持の酒食はどんな内容だったかを調べることで、越中に国守として赴任していた時には、名物「寒ブリ」を食していたのではないかと推理、「高岡万葉まつり、万葉集朗唱の会*」に出席の機会に「高岡市万葉歴史館」の関係の方?に伺うと「当時の船では無理だ!」と云うことで、この1件なんとなく気になっているところです。

*高岡万葉まつり・朗唱の会には、高畑会長ご夫妻もよく参加されたと聞きました。



■■■ 再現・試作レシピ ■■■

- | | |
|----------|--------------------------------|
| ① 荷葉飯 | 蓮の実入りご飯を蓮の葉で包んだもの。 |
| ② 茄子瓜入 醬 | 塩漬けの茄子と干した瓜を醬油に似た調味料に漬けたもの。 |
| ③ 水須マ保理 | 塩水に漬けて発酵させた漬物。 |
| ④ 鮎 | 牛乳を加熱濃縮した乳製品。 |
| ⑤ 焼 鯿 | 焼いて殺ぎ切りにしたアワビ、はらわた、わかめ添え。 |
| ⑥ 鯛の楚割 | 三枚におろして乾燥したものを、削って身をほぐして焼いたもの。 |
| ⑦ 野菜 茹 | 醬・堅魚煮汁、焼いた竹の子、蓴、菜の花 |
| ⑧ 熬海鼠 | 茹でて干したナマコを戻したもの、たたきとろろ・わさび添え。 |
| ⑨ 干蛸 | 皮をとり焼いてから、干した蛸。 |
| ⑩ 生加岐 | 殻からはずして洗ったカキ。 |
| ⑪ 鹿 醃 | 鹿の細切り肉の麴入り塩辛。 |
| ⑫ 鴨 羹 | 鴨と芹の汁物。 |

**シリーズ
入ってよかった!**

ナルクに入会して 田上 薫 (神宮寺地区)

テレビや新聞でナルクの存在を知っていましたが、一歩踏み出す事が出来ませんでした。主人も私も歳をとってきますと、ふと「将来、援助を受けたい組織の内容を知っておくのもいいし、点数を積み立てておけるのも有り難いなあ」と思い始めて入会させて頂きました。

最初は何の資格も持たない私に人さまの手伝いが上手く出来るだろうかとか組織の一員として受け入れてもらえるだろうかと不安な気持ちで入りました。あれから10ヵ月が経ちました。デイサービスのドライバーかけや行事のお手伝い、在宅の方の話し相手や病院の付き添いなど、気の利かない私でも何とか努めさせて頂いています。また、会員同士の親睦の催しで「日帰りツアー」や「新春懇親会」にも出席しました。

そして、今思うことは多くの方々と絆を持たれたことが最大の収穫です。利用されている方も活動している方も、会員はみなお互いが支え、支えられて平等な位置にいます。

また、介護や支援は技術よりも心であることを痛感しています。歳を取りますと、日々生活の状況は変わって参ります。私もお世話になる日は遠くありません。古い方だからとか、新人さんだからとか差別することもなく、すぐに仲間に迎えて下さいました。コーディネーターや役員の方々の献身的な働きぶりには、いつもただただ頭が下がります。

あれもこれもと手を伸ばした趣味の数々も手放す事が出来ず、役員の皆様には申し訳ない思いでいっぱいですが、無理をせず、自分の気持ちや身体に正直に、出来る範囲で長く活動させて頂こうと思う日々です。入会していろいろと本当に為になりました。有難うございます。



奉仕活動

きんもくせい「成田山 初詣」奉仕活動に参加



参拜に向かう皆さん



おみくじ売り場で

新年恒例の「きんもくせい成田山初詣」が天気もますますの中、1月9日から14日までの6日間実施されました。

昨年の東日本大震災や奈良、和歌山方面における集中豪雨被害等の影響から、今年の絵馬には「無病息災」と書き込む参拝者が目立ったと聞きました。

施設の利用者さんも、香閣の前でお線香を立て、頭から足先まで煙をそそぎ、おそらく「無病息災」を祈っておられた事と思います。

参拝された皆さんから「今年もお参りで良かった」と喜んでいただきました。後日施設のスタッフの方々からお礼の言葉をいただきました。

ご協力頂きました会員(17名)の皆様有難うございました。

(きんもくせいコーディネーター 村田 ひさ子)



本殿と香閣

みんなのひろば



新春懇親会

新春懇親会に参加して

中村八重子 (寺地区)

ナルクに入会させて頂いたのは昨年の7月でしたので、やっと半年経ったところです。今は先輩の方に同行させて頂きながらの活動で、まだまだ新米ですが、よろしくお願いいたします。

今回ゆうゆうセンターで行われた「2012新春懇親会」に参加させていただきました。皆さん若々しくエネルギーに満ちた事にまず感動しました。魅惑的なフラダンス、ムーディーなシャンソン、さらにカラオケや会場いっぱい繰り出した踊りの列、じゃんけん大会などで大いに盛り上がりました。それに引き替え何も芸のない私は申し訳ないことに心づくしのご馳走をいただくばかりでしたが・・・。

楽しい時間を企画、運営して下さった役員の方々に感謝申し上げます。有難うございました。利用者さんに喜んで頂きながら、会員相互間で第2の人生を青春されている素晴らしい会だと思いました。

私も皆さんの仲間に入れて頂き、大した事は何も出来ませんが自由に動ける身体に感謝して、必要として下さる方に寄り添い、少しでもお役に立てるように頑張っていきたいと思っております。皆様よろしくご指導くださいませ。

(下の写真は新春懇親会の模様の一部・・・その他の写真集は「いわふねクラブ」ホームページをご覧ください。)



2月・3月の予定

☀ ウォーキング	2月 3月30日(金)	休会 京都・哲学の道	増田 文子	891-2186
☆ サ ロ ン	2月17日(金) 3月16日(金)	ハンドマッサージ PM1時(事務所) PM1時(事務所)	渡邊 恵美子	893-2284
★ 折 り 紙	2月21日(火) 3月	PM1時(事務所) 休会	下原 公子	892-4757
□ 健康麻雀	2月 8日(水) 27日(月) 3月14日(水) 26日(月)	PM1時(事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布 遊 び	2月23日(木) 3月22日(木)	ミニ着物 PM1時(事務所)	原 智佳子	891-8773
♣ 川柳の会	2月24日(金) 3月23日(金)	PM1時(事務所)	籠島 恵子	824-6944
♣ 囲 碁	2月 1日、15日(水) 3月 7日、21日(水)	PM1時(事務所)	増田 博生	891-2186

2011年12月度：時間預託活動・奉仕活動の報告

時間預託活動実績 (合計 270 点)							[利用者数]
提供活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)					
家事・介助・その他	122/ 35	飯田則幸 北村順子 田上 薫 中村八重子 松坂貴美子 山本保子	市村節子 北村啓子 瀧 祥子 西牧美智子 村上昭子 米谷ユリ子	市村敏夫 坂元良子 田中暁子 根間静代 本山良子 若松桂子	伊藤繁子 笹谷眞智子 手島かつ子 原 智佳子 森本久子 渡邊恵美子	大西聰明 下原公子 戸田和子 福島邦子 梁池久美代 渡辺陽子	北尾早代子 下村由紀子 中泉佐祁子 増田文子 山下満寿美 [17]
きんもくせいDS (デザイナー支援) (買い物支援)	56/20	池田美代子 北村順子 田上 薫 山門桂子	伊藤道子 坂根美智子 津村芳男 渡辺陽子	井上博美 佐々木新子 戸田和子	岡 美津子 下原公子 西牧美智子	小川七津子 新庄悦子 浜口忠吉	北尾早代子 世古由美子 村田ひさ子
天の川明星DS (デザイナー支援)	30/14	川原田慶子 根間静代 米谷ユリ子	北村啓子 原 智佳子 若松桂子	坂元良子 増田文子	笹谷眞智子 松坂貴美子	飛山洋子 溝端弘子	中泉佐祁子 山下満寿美
庭・植木手入れ	12/ 4	飯田則幸	井田敏雄	浜口忠吉	山崎富男		[1]
ハウスヘルパー	1/ 1	山崎富男					[1]
送 迎	1/ 1	山本保子					[1]
パソコン指導	2/ 1	山本 直					[1]
事務所当番ほか	46/21	飯田則幸 斉藤康子 豊島 隆 山本保子	市村敏夫 坂元良子 浜口忠吉 渡辺伊久夫	大西聰明 下原公子 早川嘉彦 渡邊恵美子	北尾早代子 田中暁子 増田博生	北村啓子 戸田十九一 村上寿雄	木ノ内 洋 飛山貞行 山本 直
奉仕活動実績 (合計 179 点)							
活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)					
福 祉	94/24	伊藤繁子 木ノ内敬子 中泉佐祁子 松坂貴美子	魚住富美子 坂元良子 永田貞子 村田ひさ子	大西美智子 笹谷眞智子 根間静代 本山良子	北尾早代子 下村由紀子 早川久代 森本久子	北村啓子 田中暁子 福島邦子 山下満寿美	北村順子 飛山貞行 増田文子 若松桂子
子 育 て	21/ 7	市村節子 豊島 隆	市村敏夫 魚住富美子	高木 徹	田中暁子	戸田十九一	
NALC 活動	64/25	井田敏雄 坂元良子 橋 早苗 中野雅子 渡辺陽子	市村敏夫 佐々木新子 田中暁子 村上寿雄	大西聰明 下原公子 玉田道子 村田ひさ子	北村恵子 下村由紀子 津村芳男 森本久子	小磯清子 瀧 祥子 戸田十九一 山崎富男	斉藤康子 竹村恵美子 豊島 隆 渡邊恵美子

★ 事務局 だより ★

会員動静： 会員数 236名 (男子103名・女子133名) 世帯数 150世帯			
新入会員： 森岡 真子 賢一 (交野市向井田) 植田 由紀子 郁男 (交野市私部) (敬称略)			
行事予定 (会報配布開始日の2月15日以降のみ掲載)			
3月 9日 (金)	運営委員会	13時30分～16時30分	事 務 所
3月13日 (火)	世話人会	13時30分～15時30分	事 務 所

発行所： 交野市私市1丁目1-6-205 NALC「いわふねクラブ」 編集・発行責任者：戸田 十九一