



# ひだまり通信

Vol.5

発行:特定非営利活動法人ひだまり  
〒699-0202

島根県松江市玉湯町湯町 1801-1

Tel 0852-62-2550 Fax 0852-62-2550

Email hidamari@polka.ocn.ne.jp

## ぼてぼて茶を体験！



7月1日、玉湯公民館にて「ぼてぼて茶」体験をしました。松江は不昧公の時代からお茶文化が広まってきた「お茶処」ですから、島根県民としてはこれも勉強です。退職公務員連盟松江支部のみなさまにお手伝い頂き、さっそく「ぼてぼて茶」を頂きました。お茶を泡立てそこにお豆や椎茸など食材を入れていきます。



本来は片手で箸を使わずお茶碗をぐるぐる回して遠心力を付けて飲むのですが、今回は箸を使って食べることにしました。泡が良かったとお茶のいい香りが広がります。そこに自分の好きな具材を入れていき、飲むと言うか食べると言うか(笑)頂きました。初めての方も多く「おいしい！」という声も

あれば「う～ん」と微妙な反応をする方もいらっしゃいましたが、感じ方は人それぞれあっていいと思います。中にはお替りする人もちらほらと..



松江の食文化に触れる機会はずっとありません。今回は郷土の文化を知るよい機会だったと思います。ご協力いただきました退職公務員連盟松江支部のみなさま、ありがとうございました。

## お仕事紹介～叶い石のできるまで



### ～ミシン作業～

布を短冊状に裁断したら、それを裏面に二つ折りしてミシンで両端を縫っていきます。まっすぐに縫うこと、生地がズれないことがポイントです。



今この作業には2人がかかわっておられます。男性もしておられますよ！

## 防犯カメラが導入されました

7月12日にアルソックに依頼していた防犯カメラが設置されました。防犯はもちろんですが、モニターを通して動画をみたり録画できますから、作業中の職員の配置やちょっとしたトラブルの検証にも使えるようになりました。



## 鍵付きロッカーも新しくなりました。



いままではカギのないロッカーでご迷惑をおかけしておりましたが、ついにカギ付きのロッカーを新しくしました。貴重品の自己管理を目的としています。



## ひだまりってどんなところ？

その4



人間は高齢になると「高い音」が聞き取りにくくなるそうです。人は高齢者と話すときに高く大きい声で「〇〇さん！ご飯の時間ですよ」など呼びがちですが、これが気づいてもらえなかったりします。だから低い声で話せば通じやすくなります。私の母も84歳ですから耳が遠くなっていますが、悪口だけはよく聞こえるようです。(笑)だから、私は母に悪口言うときは、高い声で話すようにしています。ご参考までに！

このように不便さを感じることはよくありますよね。障がいのある方もその特性ゆえ不便さを感じる事が世の中にはたくさんあります。階段の上り下りが不便な方、精神の方だと疲れやすいとか、知的の方だと計算や作業自体が難しいなんてこともあります。そんな場合、階段をスロープにするとか、精神の方には、休憩をこまめにとってもらったり、午前と午後の作業を変えることで、気分転換してもらったりします。また知的の方には計算機を使ってもらったり、治具(じぐ)といって、作業をする上での補助の道具を使ってもらうことなどしています。はじめは誰も初心者ですから、時間がかかったりできないこともあります。しかし、職員がやり方を工夫したり、その人自身が作業に慣れてくることで、いままでできなかったことが出来たり、スピードが速くなったりします。

このように出来ないことが出来るようになることは、自分に自信がついてくることになります。また、ひだまりで出来るようになったことが、実際家で応用されて出来ることもあります。部屋の片づけや掃除の手伝いなどいい例だと思います。

私の母ですが、暑い夏が来るたび「今年は乗り越えられんわ」と言いつつ10年。耳は遠いですが、お茶友だちとおしゃべりを楽しいでるようです。

(治具の一例)



ピンクの布に決まった幅で線を引くときに左の治具を使います。この上に布を置くとせんが均等に引けるといわけです。便利でしょ〜(^^♪