

2024年

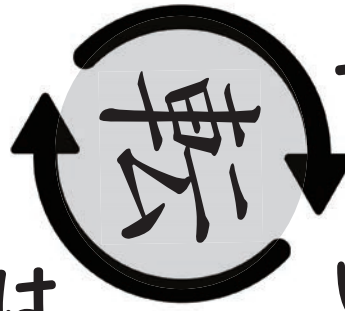
12月

No.267

紫式部

第7回

くらしコープ版
今年の漢字は



七転び
八起きと
いきましょう!

天変地異ならぬ
転変致異



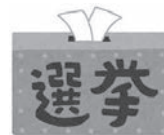
新年早々
から春夏秋
冬休みなく、
日本列島全
土に加えて外国でも。さ
らにさらに能登も宮崎も
アジアでもくりかえされ
る天災。転変致異と言わ
ずして何と言おう。

ホークスは
転げてまさかの
4連敗



昨年日本一
のタイガー
スがズッコケ2位、しか
も3位のベイスターズに
転がされ、勢いづいた
スターたちはジャイア
ンツも転がし、盤石と思
われたパシフィックの覇
者ホークスに2連敗のあ
と4連勝でまさかの日本
一!

自と公と
足しても
転落少数に



政権党自民
と公明が転ん
で立憲と国民
民主党に流
れ、維新がこけてのがし
た票が参政と保守に。れ
いわの躍進は共産2減を
補完できるか? 通常国会
で各党真価が問われる。
海の向こうでもバイデ
ンが転び、ハリスはつま
づき。

転んでも
タダでは起きない
巳の年



辰さんご
苦労さまでした。
あまりの激動に、辰瀬
がなかったでしょう。
ゆっくり養生して12年
後に捲土重来を。
期待しています。

目次

《特集》くらしコープ版今年の漢字……………1～3	介護現場の今⑪「保険証廃止の行方」井上ひろみ 10
被爆の語り部・花垣ルミさんのお話……………4	憲法集会 in 京都レポート……………11
事業所だより〈終活サポート〉「地震から10か月後の能登」5	投稿「忘れられないオモニの顔」/ 清少納言「肺炎。入院です。」12
NPOのページ「住宅セーフティーネットフォーラム1月開催」6	レシピ「お正月」……………13
手話「水」・指文字「数字8」/ 終活のギモン無料相談 7	昭和百年昔話⑤「一銭洋食」/ 物件情報……………14
理事会委員会だより……………8	教室作品 / 編集室の窓……………15
サロンサークルだより……………9	12月カレンダー……………16



災

近年異
常気象が
増え、危
険を伴う
災害が多

発しています。

線状降水帯が同じ地域
に集中して連続発生する
異状。

逃げる時間さえない急
激な現象。

一刻も早く、全ての人が
対策に取り組む必要が
あると思います。

来年こそは！

一字でふり返ってみました。

2024年は…



タツ
辰た1年では
何もできなかった



猛



50-50

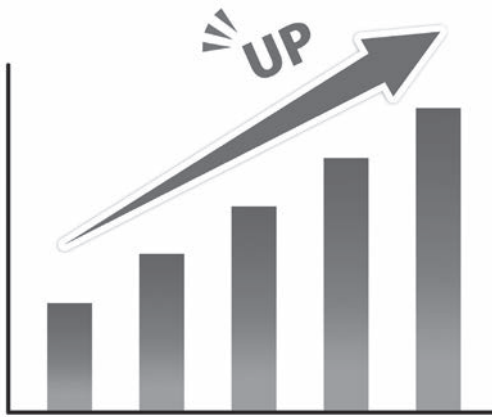
あまりの猛暑。地球が溶けて流れ出
つてくる。
大谷さんの勢いが猛烈すぎる。

裏



裏金が政権をゆるがし、政界は流
動化。
流動化は地球も。
初夢を醒す元日の大地震も裏日本。
加えて各地の大雨洪水。
そして総理大臣も裏
日本から。

くらしコープ版「今年の漢字」

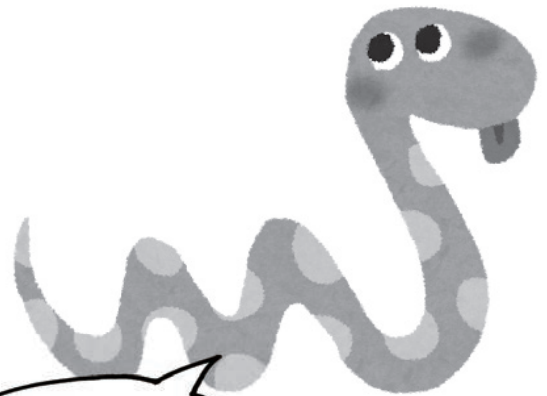


苦しい中、

今年も、漢字

上

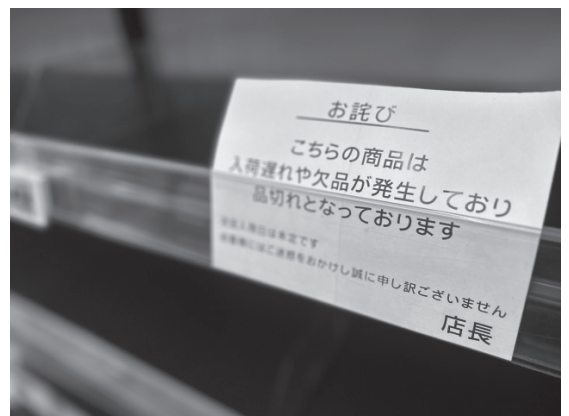
卵の値段が上る。
 米の値段が上る。
 気温が上る。
 台風が次々北上する。
 岸田内閣の不支持率が上る。
 自公政権への不信任の声が上る。
 H3ロケットが軍事装備をして上る。
 防衛予算がまた上る。



巳といて下さい。
 きっといい年に、

米

え？店から米が消えた。
 前代未聞の米騒動。
 あわてる庶民あわてない政府。



くらしコープ版「今年の漢字」にご応募いただきました葛西久子さん、福猫さん、宝さん、奥谷和隆さんほかのみなさんありがとうございました。

元日の能登地震に始まった天変地異は大雨・洪水・猛暑・台風と国内ばかりか海外に及び、人間社会も、止まらない戦争・インフレ・金銭腐敗と、枚挙にいとまがありませんでした。

明るい話題は、元拳闘家の冤罪再審決定と被団協のノーベル賞受賞そしてショーヘー君はじめスポーツ界での世界的活躍ぐらいか？

来年はもっと平穏な、明るい字が選ばれて欲しいものです。

今こそ日本は、 核兵器禁止条約に 参加すべき

一被爆の語り部・花垣ルミさんの お話と、ハーモニカの会一



10月26日、高齢者生協くらしコープ・ヴィスタの会・上賀茂憲法9条の会・株式会社ことらいふ主催で開催されました。参加

は約50人でした。

東寺ハーモニカサークルの4人による演奏はスワニー河などの8曲、哀愁漂うメロディに参加者一同耳を傾けていました。ことらいふ東寺でレッスンをしていますので、皆様一度覗いてみてください。

休憩時間に七条通大宮東入るの双葉餅分家の「豆餅」とお茶をいただきました。また各団体から、上賀茂憲法九条の会の缶バッジ、講演者の花垣さんをモデルにした絵本の販売がありました。

花垣さんをモデルにした紙芝居「おばあちゃん

の人形」の佛教大学生3人による上演の後、いよいよ花垣ルミさんのお話です。

「1945年8月6日8時15分17秒。赤ちゃんからお年寄りまで何の罪もない市民たちの上に、アメリカの爆撃機が1個の爆弾を投下しました。当時5歳だった私は、家の向かいにある幼稚園をサボり、2階で母が作ってくれた大好きな人形と遊んでいました。突然地面が持ち上がるような振動と熱波で近所の家屋も一瞬にして倒壊し火災が発生。窓枠と飛んできたタンスの角に頭を挟まれた私の視線の先に、弟をおぶった母が庭の松の木の根



▶佛教大学生による紙芝居

元に倒れていました。母は、すぐに立ち上がり私に気づいてくれました。ベッドごと窓際で止まっていたおばあちゃんを台所にいた叔母が足に怪我を負いながらリヤカーを持ってきて乗せ、ご近所の人たちと500メートルほど先にある竹やぶに避難しました。」

花垣さんはその後、遺体を荼毘に付す場面に遭遇しますが、火力が弱く遺骨にならず肉片がついたままだったこと、平和公園の下に遺骨がいまもあること、原爆ドームの姿の思い出などを話されました。

花垣さんは、原爆投下直後の記憶を喪失していましたが、2003年に京都生協の呼びかけで初めて広島の慰霊式典に参加し、灯籠流しの場面で58年前の記憶が徐々に呼び覚まされ、以後、語り部の活動に参加し核兵器が廃絶されるまで頑張る

うと決意されました。花垣さんは12月、「日本被団協ノーベル平和賞受賞式行動」に12人の被爆者の一人としてオスロに向かいます。



▲東寺ハーモニカサークルの皆さん



終活サポート

地震から10ヵ月後の能登

小室あゆみ



11月初旬、金沢市のみなし仮設（賃貸住宅等）で避難生活を送っている方々を石川県地域ささえあいセンター金沢の相談員として訪問してきました。

車で片道3時間ほどかかる自宅と金沢の2重生活、今後の

生活拠点に関する家族それぞれの考え方の違い、環境変化がもたらす認知症含む体調不良……。被災前からあった家族内の問題が顕在化していると感じました。

そんな中でみつけた



ひとつの希望が、被災地で目にしたこんな掲示たちです。ご近所の「つながるチカラ」は強い！5軒に1軒が高齢者の単身世帯というご時世、つながり作りに励もうかーと思い帰途につきました。



気づいた時が始めどき！月2回の相談会とエンディングノート作成支援は、無料でご利用頂けます。有料サービスや標準料金のパンフレットもありますのでお気軽にお問合せ下さい。



きらく庵デイサービスセンター西陣

家庭的な雰囲気のでサービスです。スタッフとワイワイ賑やかに過ごすもよし、趣味に没頭するもよし、のんびり過ごすもよし。機能訓練もしっかりやりますよ。みんながウキウキわくわくする楽しいサービスをめざしています。



介護支援センター 紫野きらく庵

必要な人が介護保険サービスを受けられるように、一緒に考えてケアプラン（サービス計画書）を作ります。地域の人と住み慣れた家で生活できるように暮らし丸ごと支援します。

NPO 法人 くらしコープ だより



空き家・空き室を社会に活かす

第4回住宅セーフティネットフォーラム

住まいにお困りの高齢者、
障がい者等の居住支援のために

◎高齢、障がい等が理由
で住まい探しが進まないこ
とに

高齢や障がい、また生
活保護受給などを理由に
賃貸住宅への入居を断ら
れるケースがあります。

NPOくらしコープの
経験の中でも、他の居住
支援法人を通じて理解あ
る

る大家さんに巡り合った
時は1ヶ月ほどで入居先
が決まる一方で、いくつ
かの条件が重なって、結
局引越しまでに半年近く
もかかった人もありまし
た。

◎大家さんの不安⇨家賃
滞納!?隣室トラブル!?身
寄りが無い!?

このように、「家賃滞納
になるのでは」「家族がな
い場合、何かあった時相
談する人がない」「他の住
人とのトラブルが心配」
などの不安から入居先が
中々決まらないことが社
会問題になっている状況
があります。



▲過去のフォーラム風景

◎フォーラム開催⇨お互い
の安心のために、地域の
中に居住支援の協働づく
りを目指して

こんな実情や居住支援

2025年1月12日(日)

14:00 ~ 16:00

会場 TAMARIBA

(北大路通堀川西入南側
・市バス停「北大路堀川」前)



【内容】

- ・ 障がい者の居住支援について
講師：鈴木良さん（同志社大学教授）
- ・ 大家さんの体験談（3人の大家さん）
- ・ 住宅セーフティネット制度について
（京都府住宅課）

【参加】

定員 20 名（要申込、先着順）、参加無料
空き家・空き室のオーナー、フォーラムに
関心がある方

【申込】

2024年12月28日（土）までに

NPO 法人くらしコープへ

電話（075-205-5512）

ファックス（451-6350）

eメール（npo@k-coop.jp）

の取組みについて知っ
ていただくため、北区の
居住支援法人として、N
PO 法人くらしコープ、
（有）京都くらし支援セン
ター、（株）フラットエー
ジェンシーの3法人が協
力して2020年度から
毎年1回このフォーラム
を開催し、今回、第4回
目のフォーラムを開催し
ます。

住まいを提供して頂ける方、
ご連絡下さい！

生活支援・居住支援事業

専門電話

075 (205) 5512

（月曜日～金曜日 10時～17時）

担当：江尻茂朗

余根田保

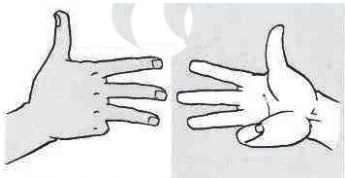


暮らしと住まいのお困り事、
ご相談ください！



指文字

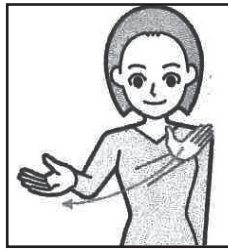
「数字8」



小指を曲げて、4本の指を開いて伸ばす

手話クイズ

◆「水」の手話はどれでしょう？



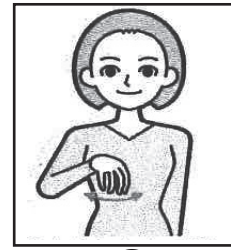
③

指先を左へ向け、掌を上に向けた右手を斜め右下へ引く。



②

右手人差し指で口に沿って円を描く。



①

右手5指を少し丸めて指先を下に向け、左右に振る。

手話

サークル

(解答15分)

12月の日程

12月6日(金曜日) 14:00 ~ 本部1階ホール



そもそも、何をすればいいの？

遺産を渡したい(渡したくない)人がいます。

将来、自分で判断できなくなった時に備える方法を知りたい

終活のギモン無料相談会

ひとり暮らしです。どんなことを頼めるのか知りたい

何から手をつけていいのかわかりません!!

成年後見制度のキホンを知りたい

あなたと一緒に考えます！調べます！

★12月10日(火曜)： 13時/13時30分/14時/14時30分

★12月19日(木曜)： 10時/10時30分/11時/11時30分

各回1人ずつ

相談時間：1人最大30分

(ご利用は京都高齢者生協くらしコープ組合員に限ります)

会場：京都高齢者生協くらしコープ本部1階ホール

完全事前予約制：(相談日前日の夕方5時まで電話でご予約下さい)

予約申込電話番号：京都高齢者生協くらしコープ075-432-3636(平日朝9時-夕方5時)

貴方の「軌跡」のお手伝い

社会運動での生きざま(自分史)をDVD(映像)で後世に残します。

メディアとツアーの長年の経験生かして

ムービー 軌跡 プロデューサー 富田秀信
090-3671-4543

自己紹介→ブログ「一人になった千代野ノート」



本づくり手伝います

句・歌集、自分史、小説、論文

携帯080-4987-9577(吉田)

Email:atomical@dream.com

印刷・出版支援クラブ



第5回理事会報告

(10月25日)

理事11人中11人出席。
監事2人中2人参加。

▼報告事項

●組織・経営状況
(表参照)

●NPOくらしコープとの協議報告がありました。

●退職・採用についての報告がありました。

▼承認事項

●共同墓の墓誌を1基増やして2基とする
ことになりました。

組織状況 (2024年10月31日現在)

組合員総数	1,209人	
出資金残高 (千円)	19,242口	
10月実績		
	人数	口数
加入	2人	6口
増資	11人	39口
脱退	0人	0口
減資	0人	0口
増減	2人	45口

環境と平和の委員会

▼南相馬復興支援水プロ

10月も18人の方から合計1万8000円のご支援をいただきました。累計378万4000円となりました。

女川2号機再稼働

2011年の被災原発として初めての再稼働!

地震国日本では原発は常に危険と隣り合わせです。

〈能登半島地震では珠洲市の原発計画を阻止していただくことができました〉

「もんじゅ」の敷地内にも活断層が通っていること

9月度経営状況(再) (千円)

	前年実績	本年実績	前年差異
売上合計	5,760	6,006	246
経費合計	5,826	6,839	1,013
事業剰余	▲66	▲833	▲767
経常剰余	181	▲818	▲999

とは問題です〉

核は人類・地球にとって害です。だからヒロシマ・ナガサキ被爆生存者の粘り強い運動の日本被団協にノーベル賞が決まりました。

世界は被爆者たちの並外れた長い闘いをたたえているのに、日本の政府はもう忘れてしまったかのような静けさ!!違和感を覚えます。

でも真剣にあきらめることなくとりくむことは変化を作り出します。原発を無くすまで水プロを細々とでも続けます。(稲葉)

▼環境平和のごとく9月報告

10月23日、3人。

持ち寄りDVDの中から坂田雅子監督「沈黙の春を生きて」(サブタイトルII ベトナム、アメリカイマだ癒えぬ枯れ葉剤の傷痕)を観賞。

ベトナム戦争で使われた枯れ葉剤はベトナム国民だけでなくアメリカ兵にも影響、子孫にまで被害が発生。今も続き、土壌汚染は数百年続くという。

汚染された池で釣り糸を垂れる老人の姿は自分の姿にダブリました。(水口)

おわび

11月号4ページ「墓友交流会」のご寄稿文で誤植を発生させてしまいました。

チェロ演奏の曲目は正しくは「鳥の歌」です。

演奏者・寄稿者、関係者の皆様にはたいへん失礼いたしました。お詫び申し上げます。(編集部)

～アイコンズ予定～

- 「やさしい英語で楽しく話そう」
- 「英語の歌を歌おう♪」
- 「唱歌を歌おう」
- 「初級ギター・教室」随時募集中

問い合わせ：(075)493-2983



保険のことならなんでもご相談下さい!

(有) 関西総合保険事務所京滋店

〒604-8222 中京区四條通室町西入上る
観音堂町466 みやこビル2階

TEL(075)222-2267 FAX(075)708-2380
携帯(090)1242-1844

かまち ひであき
担当 蒲池英昭

**サロン
サークル
だより**



**ほっこりサロン
西賀茂大宮**

▼10月の報告

26日、総勢16人でした。

ゲストはありませんでしたので、歌声三昧でした。楽曲の成り立ちや意味に詳しい人、自分で作曲したり替え歌を作っている人などもいて、単に歌うだけではない、深みのある歌声喫茶になりました。

脳トレクイズもあり、大変盛り上りました。

(水口武夫)

▼12月はお休みです。

グラウンドゴルフ

▼10月の報告

11日12人

25日11人。GG日和。ホールインワンがたくさん出ました。

(水口武夫)

▼12月の予定13日と27日(27日は検討中。)ご確認ください。

手話サークル

▼12月の予定

6日(金)14時〜本部ホール

笛サークル

▼12月の予定

獣害駆除・盗掘対策のための冬山に入ります。

12月6日(金)11時〜

関心のある方、詳細はお問い合わせ下さい。

0900-7762-3806

読書サークル

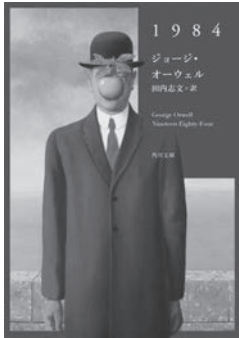
▼社会問題読書会11月報告

堤未果『国民の違和感』9割正しい』第5章(読了)

4日、4人。感想から「私の回りでも、ちがった意見を出してもなかなか聞いてもらえないことがある。」「疑問、おかしいと思ったことを声に出すことは、むしろかしいが大切。頑張ろう。」

▼社会問題読書会12月予定
ジョージ・オーウェル『1984』(角川文庫他) 第1回

4日(水)1時半〜、本部ホール



▼名作を読む会10月報告

マーク・トウェイン『ハックルベリー・フィンの冒険』
③34〜39章。

2007年、岩波書店の書評誌『図書』の特集、「私の三冊」に掲載された

評論家の秋山ちえ子さんの『ハックルベリー・フィンの冒険』おすすめの言葉です。へ六、七十代の年の人が集った席で、私はこの本を読んだかときいたら皆の顔色が少年、少女時代に戻ったように輝いた。人間の成長の過程で、「冒険」人種問題」等に胸を打たれることの大切さを思う。

▼名作を読む会12月予定
サン・テグジュペリ『星の子さま』(岩波書店版他) 第1回

12月18日(水)1時半〜、本部ホール



★テキストについて

社会問題・名作とも訳・版元を問いません。各自持ち込みですが、調達できない

い方はご相談ください↓
0900-7762-3806

映画サークル

▼『土を喰らう十二月』
12月8日(日)①10時半〜
②1時半〜③6時50分〜
教育文化センター(左京区)

山荘で1人で暮らす作家のツトム。山菜や、畑で育てた野菜などを料理して、四季の移り変わりを実感しながら執筆する日々だ。彼のもとには時折、担当編集者である歳の離れた恋人が訪ねてくる。旬の食材を料理して一緒に食べるのは格別な時間だ。悠々自適のツトムだったが、13年前に他界した妻の遺骨を墓に納めることができずにいた。

2022年/日本/111分

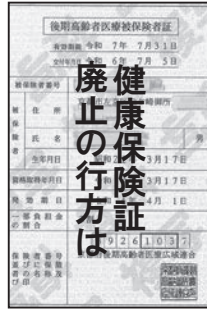


介護現場の



社会福祉法人 七野会
理事長 井上ひろみ

11



総選挙で政局が大きく動き、首相指名選挙を終えた今、12月2日の「健康保険証の新規発行停止」は、どうなっているでしょうか。

「マイナ保険証」とは
マイナンバーカードの

取得は「任意」です。申請が必要で、有効期限前には更新手続きも必要です。このマイナンバーカードに健康保険証の機能を持たせたのが「マイナ保険証」です。

「マイナ保険証」利用率は14%弱。一方で「健康保険証を残して、選択制にして」の声は国民の8割におよんでいます。

健康保険証の新規発行の継続又は停止延期が決定されていけば引き続き健康保険証が使えます。

残念ながら新規発行停止となっても、「マイナ保険証」をあわてて作る必要はありません。今お手元にある健康保険証の有効期限まで使えます。

「マイナ保険証」を持っていない人も、持っている人も、今までどおり医療機関にかかれることを何より優先すべきだと思います。

「マイナ保険証」を持っていない人は
↓健康保険情報を記載した「資格確認書」が申請しなくても届きます。これを医療機関に提示すれば受診可能。

「マイナ保険証」を持っている人は
↓「資格確認書」のお知らせ（紙）が届きます。窓口の機械トラブルなどの時は、これを提示すれば受診可能。

とりあえず「資格確認書」は届くけれど
「マイナ保険証」を持っていないくても、申請せずに「資格確認書」が届くことになり、少し安心です。けれど法律上、これまでの健康保険証はなくなり、申請と更新が必要。「マイナ保険証」が「原則」になりました。また保険証代わりに使

える「資格確認書」は「当面の間」は申請なしで届きますが、法律上は申請が必要です。いつのまにか「申請制」にされてしまうのでは、と心配です。

高齢者の権利が危ない！
この「マイナ保険証」と、健康保険証の廃止ですが、介護や生活支援が必要な高齢者が安心して医療を受ける権利を脅かす恐れがあります。

- ・ 保険料は強制徴収されるのに、申請しないと保険証が手元に届かない
- ・ 申請や更新手続きの度に手助けを得ないといけなくなる
- ・ 意思表示が難しく「マイナ保険証」を申請しない人の窓口負担が増える

更に、高齢者の権利侵害につながる危険もあります。

- ・ 認知症の人等、様々な個人情報と紐づけられるマイナンバーカードの管

理が困難な人が多い

- ・ 高齢者を対象にした詐欺や犯罪、不正利用の危険が高まる

これらは、健康保険証を残すか、「資格確認書」を申請しなくても継続発行することで概ね解決するのではないのでしょうか。

高齢者施設や事業所も
高齢者施設では入居者の保険証を預かることも多いのですが、「マイナ保険証」の預かりと管理には重大な責任が伴います。

「資格確認書」が申請制になれば、ケママネジャー等による代行も求められるでしょう。

支援が必要な人を置き去りにして、その支援を福祉現場に押し付けることはやめて欲しいと思います。

日常的に医療を必要とする人が安心して医療にかかれる「デジタル化」を進めて欲しいものです。

秋晴れの特異日、青空の下

11・3憲法集会in京都

恒例の「生かそう憲法守ろう9条 11・3憲法集会in京都」が開かれました。高齢者生協くらしコープも賛同、組合員多数が参加し、集会後はパレードも行いました。全体の参加者は約1800人でした。

『虎に翼』と日本国憲法

参加者がいちばん関心を寄せ、期待したのは何と言っても記念講演でした。NHK朝ドラの法律考証に携わった明治大学教授の村上博明さん（右京区西院のご出身）の演題は『虎に翼』と日本国憲法。



村上さんは日本法制度がご専門。ドラマの撮影に立ち合っ、それぞれの裁判の意味、せりふで表現したい気持ちについて説明したそうです。

時間切れ
がくやま
れるお話
でした。



満載で語られ、もっともっと聞きたい、時間切れがくやまれるお話でした。



集会宣言

今、日本憲法が掲げる平和主義は大きな危機に直面しています。2014年集団的自衛権の行使を認める閣議決定と2015年安保法制の成立以来、政権は、私たちの国を、「戦争する国」へと変貌させようとしています。

台湾有事などを煽り、在日米軍と合同訓練が重ねられ、「南西諸島」をはじめ、全国の基地増強が進められています。2022年に閣議決定された「安保3文書」に基づき、「敵基地攻撃能力」の保有を決定し、5年で43兆円、GDP比2%とする大軍拡を強行しています。共謀罪・重要土地調査法・経済安保法、

学術会議委員任命拒否、学問や大学などへの権力の介入によって、「もの言う」市民や研究者の自由を奪う仕組みが強化されつつあります。ここ京都では、祝園分屯地のミサイル弾薬庫増設、舞鶴総監部の地下要塞化や弾薬

庫増設が進められ、土地調査法に基づき軍事施設周辺の監視も強化されています。さらに4月の日米共同宣言

では、在日米軍が自衛隊を指揮命令の下に置く態勢まで整えられようとしています。日本は、主権も、自衛隊員を含む国民の生命も、アメリカの戦争に差し出しかねないところまで来てしまったのです。

10月1日に発足した石破政権は、野党との議論から逃げて、衆議院解散を強行しました。総選挙から特別国会召集にかけて、衆議院の内閣監視が機能しない時期にも、日本全土や周辺海・空域にわたる大規模な日米共同総合演習が行われました。

このような態度に対して多数の国民が、投票によって反対の意思を示し、衆議院与党議席が半数を割り、改憲に反対してきた立憲野党の議席が3分の1を越えました。私たちは、今こそ憲法改

と考えます。

世界に目を向ければ、ガザやウクライナでのロシアとイスラエルによる軍事攻撃により、多くのいのちが奪われ続けており、一刻も早い解決が求められます。

79年前、時の政権が戦争を終らせず、日本とアジアの多くの市民のいのちやくらしが奪われました。その痛苦の体験に基づいて日本国憲法は、戦争を放棄し国民が等しく基本的人権を享受することを宣言しました。今年ノーベル賞を受賞した日本原爆被害者団体協議会の歩みは、正に日本国憲法の平和主義と基本的人権の擁護を体現するたまたかだったのではないのでしょうか。

私たちは、日本国憲法の原点を忘れず、戦争する国づくりに危機感を共有し、平和と基本的人権を守り抜く取り組みをいっそう強めます。2024年11月3日 生かそう憲法守ろう9条 憲法集会in京都 参加者一同

投稿

北区 片野ふくこ
(さし絵も)

忘れられないオモニの顔
— 絵手紙を通して歴史学ぶ —

ウトロと聞いて11月号特集を読み、平和祈念館は知りませんでした。私は絵手紙の仕事でいろいろな所から依頼されます。

今から何年か位前に朝鮮人部落のお婆さんに絵手紙を教えてほしいと電話がありました。地下鉄十条下車、地図を頼りにたどりの着いた所は団地の集会所です。笑顔で迎えてくれましたがお互いに初対面なので胸はドキドキしましたが私なりのやり方で始めました。

絵手紙は季節を大事にします。三月雛祭りの中には幾つか雛人形を持って行き、皆さんの国の人形でチマチョゴリを着た雛人形を描いてもらい、

話が弾みました。皆さん

学校も行かず日本に連れて来られて字が読めないので随分日本人に騙された事など話してくれました。絵手紙の後はお茶会があり何時も時間オーバーで急いで帰りましたが、歴史の勉強をさせてもらいました。

絵手紙の先生方からは「よくあんな所へ行ったわね。辞めたほうがよいのに」と言われましたが私は行って良かったです。

1年契約なのでその後は行きませんがあのオモニの顔が忘れられません。



川柳

輝子

他の手借り疲勞回復
老々介護

次々と友の悲聞いた
みだれ菊

四紅坊

革ジャンで辞任当然
兵庫知事

殺すぞで職棒に振る
本部長

自公から臨時のバスへと
有権者

維に列れ参政保安に浮
動票

ダイヤだけトラップにな
らないハート抜き

肺炎です。このまま入院です。

えっ！「高齢に因る誤嚥ごえんかも？」。ああ、そういう事か。いつの間にかそんな事になっていたのか。気を付けていたつもりやったけど。いまさら反省も出来へんし、『高齢が理由』とはねえ。「ハイ。担当が変わりました。体操をしましょう。肩を回して。手を挙げて」「あれ？上がりませぬね。息が…アア、吸えませぬね。では肩の体操から、はい。首の体操。口の中の舌の体操。このあたり、しっかり動かせてイタダカナイト。呼吸器と、食道への入り口。その関係。むつかしいでしょ」「送り込むべき道を間違えてしまつとね。つまり『誤嚥』になって『しまつのですから』。いやあ、歳を取ると食べる事にも「そう。『道を間違えて』しまつのですね。これは困つた事に。「ナツタわけです。ですから。もうこれ以上には、進ませナイ、という事にしてしまわないとね」。

…つとつと誤で、「食事には『細心の注意』で。『トロミをつけた流動食デス』。「イマここで、ゴホンと、タンを出して見てください」。「ほら。食べ物カスが出て来ています。これがその『誤嚥』となる力ケラなのです」。勝負ですね。「そうです。『お覚悟！』を」。ハイ！ (荒)

清少納言

百三十二の段

私のレシピ

佐竹輝子
(北区鷹ヶ峯)



お正月



くわい 皮をむいて水につける（芽を取らないよう気をつける）
（慈姑） 水から入れて一度茹でる（みょうばん入れて茹でる）
 たっぴりの煮汁（ぐらぐら煮ない）うす口で味付
 （煮汁に対して砂糖 1/8 うす口しょうゆ 1/4）



れんこん 皮をむいて酢水につける（花型にする）れんこん一節
花れんこん 大きく見えるよう斜に切る
 合わせ酢（酢＝大さじ 4 煮出汁＝大さじ 4 砂糖＝大さじ 4
 塩＝小さじ 1）
 合わせ酢の煮立てた中にさっと煮て冷ます。シャキシャキ歯切れ
 のよいよう蓋をしないで煮る

ごぼう タタキゴボウ 和えていり煮すると味が良くつく
 （米のとぎ汁につける。秋のごぼうはやわらかく煮えます）

きんかん たっぴりの水から入れて一度茹でる（水＝1 砂糖＝1 水あめ＝1）↓
 沸騰してちょっと冷めてから弱火で煮る（10分程）しぼむのを防ぐ

ぎんなん 皮をむいて油で揚げる。うす皮はさっと取れる。串にさす
金時人参 太いのを斜切り、うす口しょうゆ少して（辛く味付しない）
 甘く煮る。

里芋 塩まぶしさっと水かけぬめり取り弱火で気長に茹でる。
 深目の鍋にたっぴりの煮汁で甘味にする

栗きんとん 焼き芋を裏ごししてびん詰の甘栗煮のみつで和えると
 楽ちんです。

紅白なます 大根・人参（柿なます）に干し柿入れるとおいしい



荒木昭夫の語り物
 みどり・ミトクン・ミー
 もちやん[®]
 本日の発言は、突然、
 雫^{しずく}一滴です。
 この物語はそもそも不肖
 私、雫一滴が始めたのです。
 雫一滴とは、みずひとしず
 く、という意味です。



つまりこの「お話」を語
 り始めた本人なのですが、
 これからあとのお話で活躍
 するのが、植物を育てる「葉
 緑体のみどりさん」と、動
 物・昆虫などの動き廻る「生
 き物担当ミトコンドリアの
 ミトクン」という生物細胞
 を紹介しようとしたのです
 が、その前に、この地球と
 いう星には「海」というも
 のがいつ出来たのか？どこ
 から来たのか？というお話
 を、先にした方がいい。と
 思いついたので出て来たの
 でした。

「企画広告」

壹錢洋食

昭和十年、私が小学一年生の頃でした。

家の近所に駄菓子屋がありました。子供に人気のある店で常に数人の子供達が集っていました。私も週に何回か一錢銅貨を片手に握りしめ走って店へ行きま

した。店のおじさんに「洋食」と言つて、焼台に向かつて椅子に座ると、おじさんは「ぼん、ちよつと待つてや」と言つて、メリケン粉



を溶いたアルマイトのカップを湯気の立つ鉄板の上流してスプーンで薄く丸くとのえます。その瞬間の

「ジューン」と言う音が、たまらなく耳にひびきました。次に細く切った青ねぎを上に乗せ、焼き上がる頃、かつお節を振り掛けて大きな刷毛でソースを付けて出

来上がりです。そのソースのおい

が心をゆさぶります。おじさんが「はい」と新聞紙に包んで呉れます。

ガブリと喰い付いた味は今も思い出します。

昭和百年、昔話 其の五 後實三郎



長岡京今里 一棟事務所

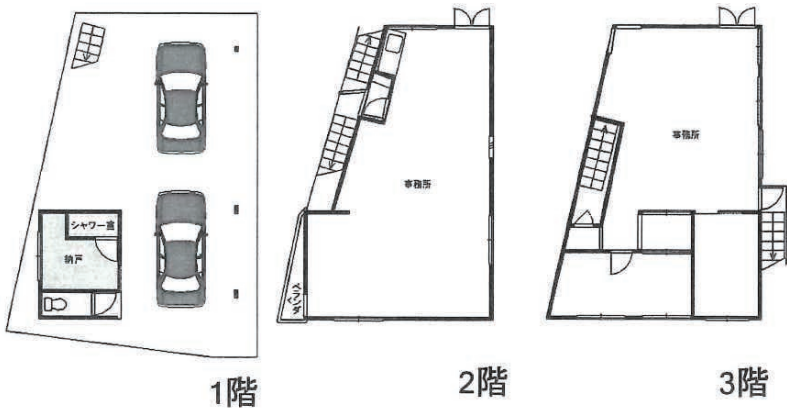
阪急線 西向日駅 徒歩 19分
以前は事務所付住宅 屋上有り
駐車 2台可 (車種により 4台可)

2,100 万円



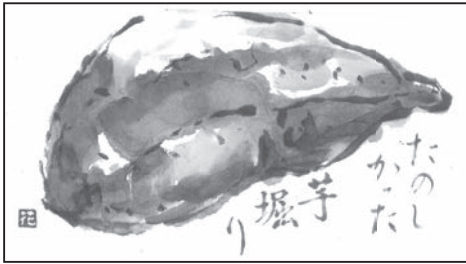
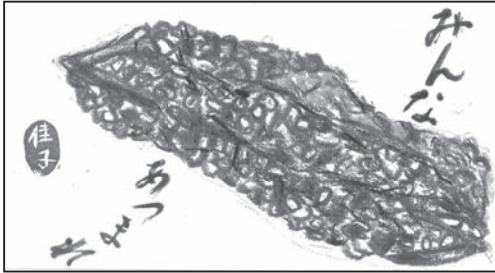
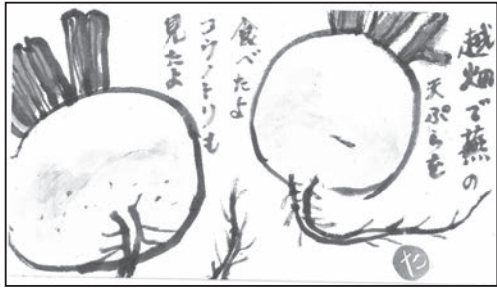
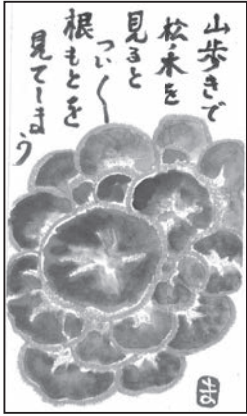
★長岡京市今里四丁目 19番 15
【住居表示：14-13】

- ★ 土地 (公簿 82.56 m²)
- ★ 建物 1F 10.56 m² 2F 49.53 m²
3F 55.20 m² 延べ 115.29 m²
- ★ 構造材質 鉄骨造
- ★ 築年月 昭和 61年 8月
- ★ 上水道・下水道・都市ガス
- ★ 一方道路
- ★ 接道方向等 北 6m
(私道に 5.2m 接面)



お問い合わせ先
くらしコープ不動産部
TEL 075・432・3636

教室作品



〔手話クイズ回答〕
 正解は③番です。
 ①鈴(すず)
 ②口(くち)
 ③水(みず)

◆編集室の窓◆

「天動説は間違っていない」と言っと、今の学校教育では何と言われるのでしょうか？私は地動説も天動説も、どちらも間違っていないと思うのです。要は観る人の立っている場所の問題だと思っております▼地上、京都盆地に立っている私が見るかぎり太陽は東の比叡山の肩から上って、西の愛宕山の脇に沈みます。月もそうです。天文学や地球物理学が何と言おうと太陽は動いています。たしかに「見ためで判断してはいけない」と諭されることも

ありました。私はこのころついた時から、まず見て判断してきました▼問題は、見て感じただけにとどまってはいけない、考えなくてはならないということでしょう。しかしその上で私は、最初に見た位置、立っている場所を忘れてはならないと思うのです（堤未果さんは「国民の違和感は9割正しい」と言っています）▼幸か不幸か私は人口の数%いるかないかの富裕層に生まれませんでした。生涯無産者としてものを見、ことがらを考えたいくしかありません。

(赤染益輝)

望む人みんながマイホームを持てるように

高価買取 いたします！

- ☆新築分譲
- ☆注文住宅
- ☆リフォーム
- ☆中古住宅売買
- ☆店舗
- ☆賃貸 etc.

(株) 京都建設センター
 (京都高齢者生活協らしコープ近く)

〒603-8232
 京都市北区紫野東野町16番地エムティビル1階
 TEL075-495-6306 FAX075-495-2009
 メールアドレス kyoto.kc16@adagio.ocn.ne.jp
 ホームページ http://kyoto-kc.co.jp

京都高齢者生活協同組合くらしコープ
 〒603-8232 京都市北区紫野東野町1-5
 TEL 075(432)3636 FAX075(451)6350
 https://kyotoelder.coop/
 honbu@kyotoelder.coop
 郵便振替 00910-2-234479
 2024年12月1日発行



ボランティア 募集 12月25日(水)
 9:00 ~ 本部ホール
紫式部丁合、発送作業

短時間でもいいのでご協力お願いします。
 ※紫式部を配達してくださる方も募集中!



日	月	火	水	木	金	土
1 	2 紫式部〆切	3 13:30 社会問題読書会 「ジョージ・オーウェル 『1984』」	4 11:00 笛サークル 入山献喜対策 14:00 手話サークル	5	6 13:00 マージャンサークル	7 13:00 マージャンサークル
8 映画サークル 『土を喰らう十二カ月』 10:30/13:30/18:50 教育文化センター 	9	10 午後：終活相談会 (事前予約をお願いします。)	11	12 12:30 書道教室 	13 9:00 グラウンドゴルフ 本部出発 【予約品お届け】	14 13:00 マージャンサークル
15 	16	17 16:45 経営委員会	18 13:30 名作を読む会 「星の王子さま」 	19 午前：終活相談会 (事前予約をお願いします。)	20 13:30 <NPOくらしコープ住まい相談>	21 13:00 マージャンサークル 18:30 きらくに歌おう会
22 	23 14:00 絵手紙教室 	24 16:45 経営委員会	25 13:30 環境平和のつどい 	26 書道教室 お休み	27 9:00 グラウンドゴルフ 本部出発 	28 ほっこりサロン西賀茂・大宮 お休み 13:00 マージャンサークル 【事務所のお休み 12/28～1/5】
29 	30	31 	2025/1/1 	1/2 	1/3	13:00 マージャンサークル