

★暮らしの助け合いをひろげ、安心と輝きの高齢社会をつくろう★



紫式部



2026年

2月

No.281

特別報告

能登半島地震から2年 珠洲市は今

乙井孝之（報告は2～4頁）



珠洲市・仁江町 / 地震で数百メートルに渡って斜面が崩落。

国道249号は土砂に埋まった。隆起した海岸に仮設の道路が作られた。

最大震度7（マグニチュード7・6）の能登半島地震の発生から2年余りが経過しました。震災後の能登の復興の取り組みがマスコミでも時おり紹介されます。が、被災者の実際の生活の苦しみや不安はありません語られません。

「紫式部」の作成を手伝っている乙井さんは、奥様の実家が奥能登の珠洲市にあり義母と義妹が暮らしていました。自宅は大規模半壊し、宇治市の公営住宅で昨年11月まで避難生活を送っていました。

乙井さんご夫婦も、家の片づけや修理、様々な手続き、ボランティア活動などで、この2年間に17回、奥能登に足を運んで現地を見てきたとのことです。今回は珠洲市の現状、被災者の状況を報告しても

「紫式部」の作成を手伝っている乙井さんは、奥様の実家が奥能登の珠洲市にあり義母と義妹が暮らしていました。自宅は大規模半壊し、宇治市の公営住宅で昨年11月まで避難生活を送っていました。

乙井さんご夫婦も、家の片づけや修理、様々

が、被災者の実際の生活の苦しみや不安はありません語られません。

「紫式部」の作成を手伝っている乙井さんは、奥様の実家が奥能登の珠洲市にあり義母と義妹が暮らしていました。自宅は大規模半壊し、宇治市の公営住宅で昨年11月まで避難生活を送っていました。

乙井さんご夫婦も、家の片づけや修理、様々

目次

《特別報告》能登半島地震から2年	1～4	風光明媚／紫式部 優秀賞	11
事業所だよりくきらく庵デイサービスセンター西陣はじめよう、体操	5	《書評》くり返さない自然災害…／清少納言「鬼は～外・福は～内！」	12
バイバイ原発3・7きょうと	6	レシピ「じゃがいものグラタン」／川柳	13
手話「昼」・指文字「数字1000」／新採者紹介	7	<新連載> 小さな旅／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	2月カレンダー	16
つながりのある社会を⑯「新しい認知症観」	10		



京都高齢者生活協同組合くらしコープ

能登半島

復興の現状

珠洲市の「地震・豪雨に係る災害対策本部」は昨年3月31日に解散した。また石川県内の避難所は昨年4月にすべて閉鎖された。県内では約



▲能登豪雨で傾いた家。ニュースでたびたび報道されたが、昨年11月に解体工事が終って更地となつた。

6千8百戸の仮設住宅が建設され、約1万2千人が入居した（珠洲市では約3千2百人）。また「みなし仮設」等で暮らす住民を加えると約2万人近くの住民が現在も仮住まいを暮らしている。

約4万3千棟の建物の公費解体は昨年11月までにほぼ完了した。壊れた建物ばかりだった街並み

が生える空間が広がり、そこに生活の場所があつたことは消え始めてい

る。国道を中心に舗装工事や山崩れなどの修復工事は各所で続いている。道路は片側交互通行箇所が多く道路は市内の各所で渋滞している。資材運搬のダンプカーや産廃収集運搬車両等の通過台数も膨大で他府県ナンバーも多い。珠洲市内では市道に架かる橋の落下や段差による通行止め箇所が多く、修理は進んでいない。市によると、市道の橋167のうち72が被災。35の橋をかけ替える必要があるが、完了したものではなく5年ほどかかるという。またトイレスがいまだに使えない箇所があるなど、市内の公共インフラ設備の修理は遅れている。

人口流出で停滞する経済

▶大谷小中学校前 山の斜面が地震と豪雨で2回崩落。復旧工事が続いている。



◀コンビニの営業時間も時短営業が続く。

(日)	(月)
7	7
..	..
0000	0000
..	..
1719	1719
..	..
0000	0000



◀傾いたままの電柱は「日常の風景」です



▲珠洲市公立病院

看護師不足のため病床削減などの対応が続く

人↓88人
減少（119人）の
不足は深刻で、珠洲市公
立病院では看護師が31人

若者の転出や就業者数の減少が地元の経済に与える影響は大きい。特に医療機関の人手不足は深刻で、珠洲市公

業（日曜は17時まで）。ドラッグストアは5店舗あり21時頃まで営業しているが、買い物では不便な状態が続く。



「復興 いまだに

時点での521人となり、2024年1月の11,721人から▲15.1%の大幅な減少となつた。とくに39歳以下の子育て世代の転出が多く、40代以上と比較すると2倍以上の人数が転出して

いる。子どもの減少を受けて輪島市では小学校9校を3校に統合する計画を来年度実施する。珠洲市でも児童生徒数は震災前から3割減少したため

学校統合が検討され

ている。

新病院をのと里山空港に作る構想を打ち出したが、市内の総合病院の廃止はいのちを削ることにつながりかねない。介護・福祉サービスでも縮小・

廃業が続き、珠洲市の介護施設は震災前の8箇所→3箇所に減少。流通業でも人手不足の影響が生じている。珠洲市内に2店舗あるスーパーは営業時間9時～18時の時短営業（週休1日）。コンビニも7時から19時までの営業（日曜は17時まで）。ドラッグストアは5店舗あり21時頃まで営業しているが、買い物では不便な状態が続く。

被災者の苦しい 生活は続く

震災以後、石川県では被災者の医療費や介護保険料などを実施してきたが、「国民健康保険料および医療費の免除」および「介護サービス保険料および利用料の免除」は2025年6月末で終了（協会けんぽは9月末まで）。それ以後は通常

通りの費用負担・利用料負担がかかるようになつた。また災害支援金の支給などを収入認定されたため今年11月までに奥能登の4市町で60世帯（珠洲市2世帯）の生活保護が打ち切られた。



1~2人用[20m²]

（注）最低居住面積水準とは、健康で文化的な生活を送るために必要不可欠な住宅の広さの最低基準で、単身者は25m²、2人以上の世帯では、「10m² × 人数 + 10m²」で計算され、国土交通省が定めた「住生活基本計画」で定められています。これより狭いと生活に支障が出る可能性があるとされます。

設したが窓口業務は縮小し、活動は週2日のみで作業内容も危険な活動を除外するなど限定。「災害サポートレンタカー」（車両の無料貸出）も奥能登3市町での活動を昨年末で終了した。

「基準以下」の 仮設住宅の生活

石川県から提供された

仮設住宅は「狭さ」が問題で、多くの住居が「最低居住面積以下」（注）となっている。特に問題な

更なる負担増が 待ち受ける

「負の遺産」となるリスクなどから再建をためらう人は多い。

島市では1Kタイプ利用世帯の約半数が2人で使用。部屋の広さは約4・5畳十台所（約3畳）のスペースしかなく、2人が寝食を1部屋で生活するため、体調を崩すケースも生まれている。また仮設の入居期限は原則2年で、1年ごとの更新手

續き（住まいの再建状況の報告義務付け）があり、住み続けられるか入居者の不安は残る。自宅の再建を望む住民は「坪単価150～200万円」といわれる建設費の値上がりと業者不足に直面し、今後のローン負担や子供世代が使用しない

月額家賃13・5万円との試算が提示された。改定賃料の値上げ幅は非常に大きく、わずかな収入増で10万を超える家賃値上げとなる。利用者の立場に立った家賃減免措置などが求められる。

復興をどう進めるか

今後どのように復興を進めるべきか、なかなか回答は難しい。あえて強引に言うならば、①暮らしている住民・関係者み

大」だけではない）。③住民の生

んなの声が集まつた計画づくり（コンサル会社や「専門家」中心の取り組みにしないこと）。②若者世代が戻って来られる政策の実現（「関係人口の拡



▲傾いたままの観光案内標識

▼歩道の修理は遅れている



▲珠洲市・高屋町原発予定地だつた場所は海面が1メートル以上隆起した



はじめよう、体操

本田清美

デイサービスでは、無理のない体操を通して心と体の健康づくり、そして脳の活性化を大切にしています。一日の始まりに体を動かすことは、血流アップでからだが目覚め、心も活性化されます。また、体操と脳の活性化は密接に関連しており、認知機能の維持や向上に効果的です。お家でも取り組める簡単な体操をご紹介させていただきます。

転倒を予防する運動として、足腰の筋力とバ



家庭的な雰囲気のデイサービスです。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デイサービスをめざしています。



ランス感覚を養う立位でかかと上げ、片足上げ、太ももに力を入れて椅子の立ち座り等々。柔軟性向上には、肩回し、肩上げ下げ、肩甲骨のストレッチ等々。脳の活性化には、足踏みしながらひき算、名前逆さ読み、三文字しりとりや手指を使う運動等々。また、音楽に合わせてリズム体操や棒を使っての体操も効果的です。これらの運動後は、鼻から吸って口からゆっくり長く吐くことを意識しながら深呼吸をします。深呼吸は、自律神経を整え、心も落ち着かせてくれます。

これからも笑顔で体を動かし元気な毎日を過ごしましょう。



終活サポート

気づいた時が始めどき！相談や、エンディングノート作成支援は無料でご利用いただけます。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い合わせ下さい。

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。

高齢者生協くらしコープ第8回理事会（12月26日）は、下記催しに賛同団体となり内外への宣伝を決定しました。

バイバイ原発 3.7 きょうと

原発とめよう！福島原発事故から15年 福島に思いはせ みんなでデモしよう！



tupera tuperaさんが描いてくれたイラスト

講演・スピーチ	
福島からのアピール 佐藤 和良 氏 福島県いわき市議会議員	最高裁の壁を越え、次世代へつなぐ闘い 原発賠償京都訴訟原告団
京都のみなさんと一緒に止めたい！上関の中間貯蔵計画 高島 美登里 氏 上関の自然を守る会	京都地裁大飯原発差止訴訟の判決に向けて 渡辺 輝人 氏 京都脱原発弁護団事務局長
許すな！関電の原発延命策 木原 壮林 氏 老朽原発うごかすな！実行委員会	私たちが未来を生きるために 横山 榎大 氏 若者気候訴訟原告



3.7 開催前のプレイベント

脱原発の社会へ
大島 堅一 氏 講演会

2026年1月24日(土)
14:00～16:00

@龍谷大学 深草キャンパス
慧光館1階102教室
資料代500円、申込不要

2026年 3月7日 土曜日
開場13:30・開会14:00・デモ出発15:30

3.7

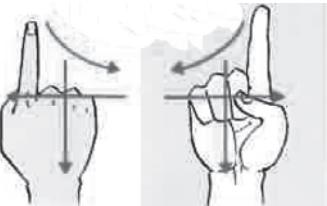
入場無料 @円山公園音楽堂

連絡先(DTP)  雨天
決行 手話通訳
あり

指文字



「数字 1000」

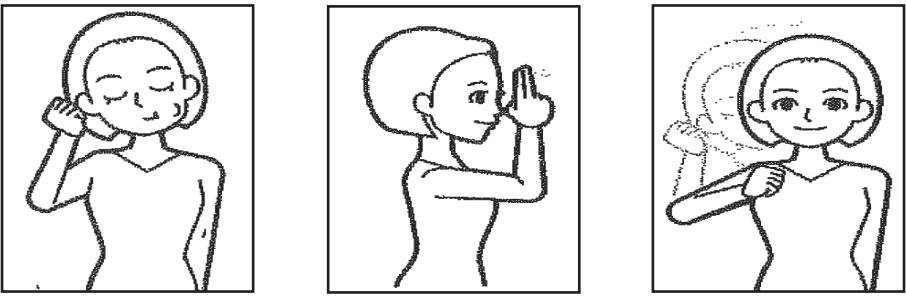


人差指で1000と空書きする。

(解答15番)

手話クイズ

◆ 「昼」の手話はどれでしょう？



③ 頭をかしげ、こめかみに右手拳をあて、舌で頬を膨らませる。

② 立てた右手2指を重ねて前方から額の中央へあてる。

① こめかみにあてた右手拳を下ろすと同時に頭をおこす。

新入職員紹介



伴 美喜子さん

1月より紫野きらく庵で働かせていただいております 伴 美喜子と申します。これまでの経験はまだ浅く、至らない点も多々あるかと存じますが、一つひとつ業務に真摯に向き合い、1日でも早く覚えられるよう努めてまいります。

分からないことや不慣れな点につきましては、周囲の皆さんにご指導をお願いすることもあるかと思いますが、その一つひとつを大切にし、成長につなげていきたいと考えております。今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。

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 中京区四条通室町西入上る
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 担当 蒲池 英昭

かまち ひであき

広告

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

広告

理事会 委員会 だより



第8回理事会報告

(12月26日)

理事11人中10人出席。
監事2人中1人参加。

▼報告事項

●組織・経営状況

(表参照)

●生活支援は11月中33の利用がありました。

●終活サポートの成立が11月中1件ありました。

●バイバイ原発3・7京都の賛同団体となり組合員への宣伝を行います。(6ページ参照)

▼承認事項
紫式部の内容と今後に
ついて意見交換しました。
「見守りなどの利用者の声
を」「サークル活動を細か
くリポートして」「記事と
報告・広告は区別をわかり
やすくして」等の意見が出
ました。

また、通年カラー化する
ことになりました。

環境と平和の委員会

▼南相馬復興支援水プロ

12月も18の方から合計
1万8000円のご支援
をいただきました。累計
404万2000円となり
ました。

えを示しています。
そして高市政権は12月26
日、25年度補正予算案で原
発推進に固執! 原発回帰
路線のエネルギー対策会
計を2・5兆円計上!! と次
世代革新炉の技術開発に
1220億円盛り込んでい
ます。

▼環境平和のつどい12月報告 24日、6人。

先日のWorld NEWS
によれば2011福島原発
事故後ドイツでは8か所14
基の原発を全廃したのに、
角知事も21日に再稼働を容
認し原発関連費用を盛り込
めだと12月23日に表明。花
角知事も21日に再稼働を容
認し原発関連費用を盛り込
んで補正予算案を提出。北
海道泊原発も鈴木知事が11
月28日に再稼働容認の考
察を行いました。

（内々には「佐竹急便」と
呼ばれていました）(平環太)

くらしコープへの御寄付

11月1日～30日(敬称略)

岩井清美、岩井初男、奥村忠一、

匿名1名、計4人の方から

総額8000円の御寄付をいただきました。

ありがとうございました。

組織状況(2025年12月31現在)

組合員総数	1,157
出資金残高(千円)	18,934口
12月実績	
人数	口数
加入	5人 22口
増資	7人 22口
脱退	2人 ▲6口
減資	0人 0口
増減	3人 38口

2025年度 11月度経営状況(千円)

	前年実績	本年実績	前年差異
売上合計	5,483	4,865	▲618
経費合計	5,968	5,303	▲665
事業剰余	▲485	▲438	47
経常剰余	▲439	▲322	117

4月～11月度累計

	前年実績	本年実績	前年差異
売上合計	53,872	36,070	▲17,802
経費合計	57,137	44,424	▲12,713
事業剰余	▲3,265	▲8,354	▲5,089
経常剰余	▲2,799	▲7,598	▲4,799



▼12月の報告
12月は例年通りサロンは実施せず通常委員会を開いて1年のまとめと新年の計画など話し合いました。
▼▼2月の予定
ゲストは「スパークシスターズ」という姉妹によるバイオリンとアコーディオンの演奏です。後半はうたう会です。

ほっこりサロン 西賀茂大宮

サロンサークルだより



2月28日（土）14時から
会場：北区西賀茂・水野様宅
交通：市バス西賀茂車庫前9時28分発の特37系統で終野グラウンド前下車が便利。
参加申込は24日までに水口へ
TEL 075・492・7264
参加費500円。

グラウンド、ゴルフ

12月は例年通りサロンは実施せず通常委員会を開いて1年のまとめと新年の計画など話し合いました。

▼12月の報告
12月26日とも天候不順のため中止に！
▼▼2月の予定
京北ダイヤランドが冬季閉鎖のため、会場は滋賀県です。



野村進著・中公文庫『日本領サイパン島の一万日』
4日（水）1時半、本部ホール

▼▼社会問題読書会2月予定
社会問題・名作とも訳・版元を問い合わせません。各自持ち込みですが、調達できない方はご相談ください→090-7762-3806

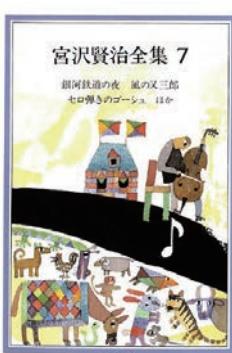


12／ジョージア・スイス合作
2023年／110分／PG

▼社会問題読書会1月報告
野村進『日本領サイパン島の一万日』第1回
7日、4人。

日清・日露・（第1次）世

界大戦と「勝ち戦」を続けてきた帝国日本。貧しい人々の中には、国策も影響して中国大陸や南洋諸島へ雄飛、一獲千金を夢見る者たちも少なくなかつた。山形県出身の主人公、金次郎は北海道から小笠原、そしてスペイン領、ドイツ領を経て日本が信託統治する南洋諸島へ「浮き草の旅」を進める。



▼▼名作を読む会2月予定
宮沢賢治の作品
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・版元を問い合わせません。各自持

ち込みですが、調達できない方はご相談ください→090-7762-3806

▼▼『ブラックバード、ブラックベリー、私は私。』
クベリー、私は私。』
2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）

熊』17日（3人）。
熊出没の昨今、野生の熊と獵師との「見つめあい」は、私たちと野生との距離感にヒントをくれるのでは？

読書サークル

▼名作を読む会12月報告
宮沢賢治『なめと山の熊』

映画サークル

▼▼『ブラックバード、ブラックベリー、私は私。』
クベリー、私は私。』
2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）

東ヨーロッパの小さな村に住む48歳の寡黙な女性エテロは、今まで一度も結婚したいと思ったことがない。両親と兄を亡くしひとりで生きてきた彼女は、自分でブラックベリーを摘んでつくるジャムと同じくらいい現在の暮らしを愛している。しかし彼女が独身であることは、村の女性たちの噂の的となっていた。そんなある日、崖から足を踏み外し…

つながりのある社会 ともどすために

⑯新しい認知症観一場づくりから 新井康友

2024年1月に「認知症基本法（正式名称…共生社会の実現を推進するための認知症基本法）」が施行された。同年12月には、認知症に関する施策を進めていくための認知症施策推進基本計画を取りまとめられ、その中で「新しい認知症観」が示されました。

一人一人を尊厳ある個人として

自分らしく暮らし続けることができる」という考え方のことです。すなわち、認知症の人を単に支援の対象として捉えるのではなく、尊厳ある一人の個人として理解し、その人がこれまで培ってきた経験や工夫を生かしながら、個性と能力を十分に發揮し、共に支え合って生きる社会を目指すことが重要です。

自治体が地域交流事業の拠点整備

しかし、2025年内閣府が公表し

「新しい認知症観」とは、「認知症になつたら何もできなくなるのではなく、認知症になつてからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らしつづけることができる」という考え方のことです。すなわち、認知症の人を単に支援の対象として捉えるのではなく、尊厳ある一人の個人として理解し、その人がこれまで培ってきた経験や工夫を生かしながら、個性と能力を十分に發揮し、共に支え合って生きる社会を目指すことが重要です。



た「認知症に関する世論調査」（2025年8月調査）によると、認知症基本法が成立したことやその内容について「知らない」と回答した者の割合は75・3%でした。

この結果から、認知症基本法の理念や内容が、まだ国民に十分浸透していない現状がうかがえました。

まずは地域づくり、 場の整備から

厚生労働省の「認知症基本法に基づく認知症施策推進事業」では、自治体（都道府県・市町村）において、ピアサポート活動等の拠点整備や、認知症

の人もそうでない人も直ぐりを一足飛びに進めることについては、時期尚早であるように思いました。まずは、認知症の人やその家族が安心して暮らし続けることができる

の人とそれ以外の人（子ども、障害者等を含めた地域住民）との交流の場等の立ち上げを支援し、認知症の人や家族等の地域の居場所づくりに係る経費を補助する」とされています。これらの施策は、子ども、障害のある人、高齢者など、さまざま人が共に過ごす、いわゆる「富山型」と称される地域共生のイメージに近いものと考えられます。

地域づくりの観点から、認知症カフェのように、認知症の人やその家族が気軽に集い、語り合い、支え合うことのできる場を全国各地に整備していくことが重要であると考えます。

～阿部ひろ江ライブ情報～

☆各国報告ライブ☆

3月1日（日）昼頃から

近鉄向島駅北へ10分、イルチエロにて

エチオピア、シリア、北朝鮮などの

報告とライブ、ランチ付き

問合せ (075) 493-2983



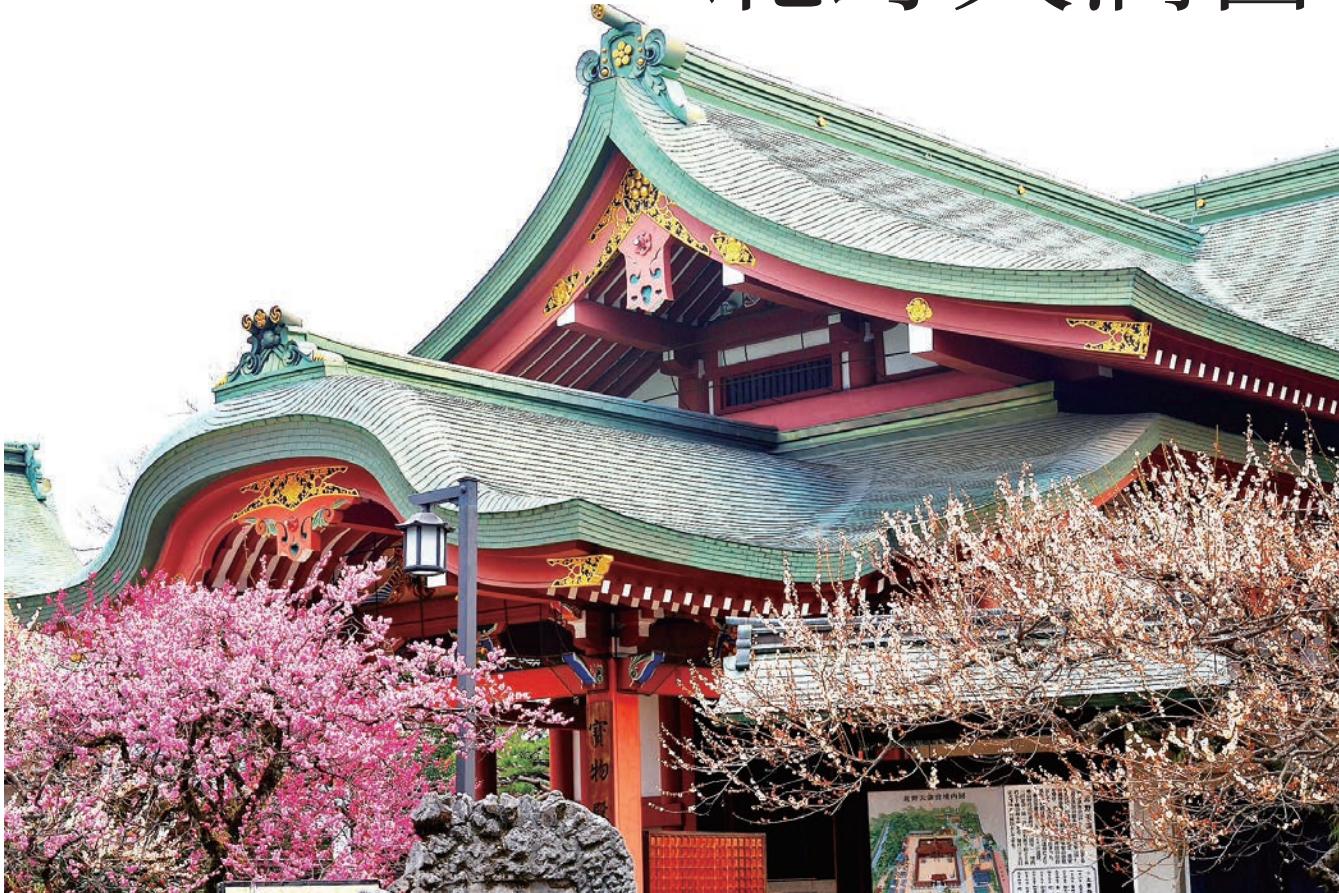
広告

風光明媚

高間登志男さん
(伏見区)

梅花祭を迎える

北野天満宮



本誌、コンクール優秀賞

★暮らしの助け合いをひろげ、安心と輝きの高齢社会をつくりよう
2025年12月号 №279

第8回
くらしコープ版
今年の漢字は
米

くらしコープ
第1回 幅 災
2020年 第3回 虹 令
第4回 密 金
第5回 波 戰
第6回 黒 稅
第7回 熱 金
第8回 転 金
2025年 第9回 米 ?

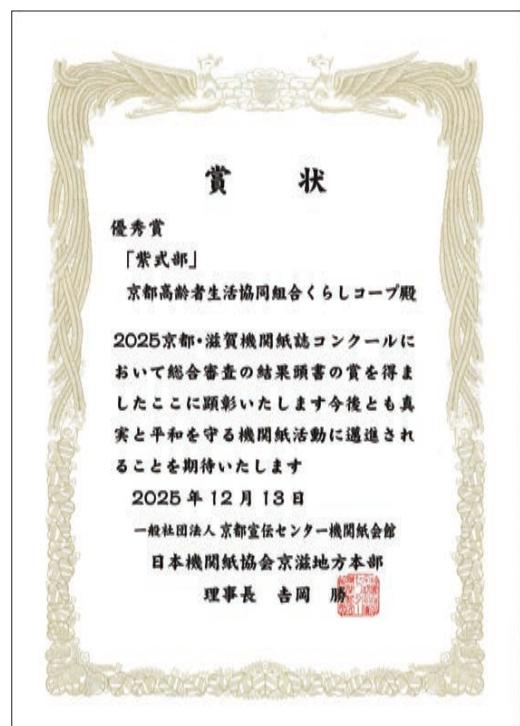
12月
ベイ
こめ

日本機関紙協会京滋
地方本部 主催の
2025京都・滋賀
機関紙コンクールに
おいて、くらしコープ
の紫式部は優秀賞を
受けました。
応募作品は2025
年12月号です。

（特集）くらしコープ今年の漢字 1~3 全国競争の今作「介護報酬のキモ」10
全国競争の今作「介護報酬のキモ」11
全国競争の今作「介護報酬のキモ」12
全国競争の今作「介護報酬のキモ」13
全国競争の今作「介護報酬のキモ」14
全国競争の今作「介護報酬のキモ」15
全国競争の今作「介護報酬のキモ」16
12月カレンダー 17

京都高齢者生活協同組合くらしコープ

日本機関紙協会京滋
地方本部 主催の
2025京都・滋賀
機関紙コンクールに
おいて、くらしコープ
の紫式部は優秀賞を
受けました。
応募作品は2025
年12月号です。



書評

くり返す自然災害 大被害をくり返さないために



M9地震に備えよ
南海トラフ・九州・
北海道
鎌田 浩毅著
PHP 新書

今後30年以内に南海トラフ地震が発生する確率は60～90パーセントといわれるが、著者は「地震発生確率では伝わらぬ」と言い切り、「南海トラフ巨大地震は約十年後に襲ってくる」「その災害規模は東日本大震災より10倍以上大きい」と講義

今後30年以内に南海トラフ地震が発生する確率は60～90パーセントといわれるが、著者は「地震発生確率では伝わらぬ」と呼びかける。また難しい本に出会つたら「書いた人が悪い」と疑えと言

う。この本も初心者にもわかりやすくという視点で、図版や写真を数多く入れて簡潔に説明する。

本書の内容では、今後M9以上の大規模地震が3つ起こる可能性があり震源域は南海トラフ、千島海溝と日本海溝（東日本大震災の北側）、琉球海溝（南海トラフの南側）。これら

の地震のメカニズムや予測される被害などを紹介。またそれ以外に推測される首都

M9地震に備えよ
マグニチュード
南海トラフ・九州・
北海道
鎌田 浩毅著
PHP 新書

や講演会で語ってきた。
そして教え子には「その地震のなかで何をしたら日本を救えるか考えて」

（乙井孝之）

直下地震や桜島や有珠山の噴火など警戒すべき自然災害を解説。

評者が驚いたのは、南

海トラフ地震の発生する

前には西日本の内陸地震が多発するとの解説です。具体的には、前回1946年の南海地震（M8.0）の前に、西日本では1925年～1945年にかけて、M7以上の内陸部での地震が5回発生（北但馬地震、北丹後地震、河内大和地震、鳥取地震、三河地震）。

1995年の阪神大震災以後、地震の活動期に入り、西日本でも鳥取中部地震や熊本地震など各地で地震が増加していますが、まさに歴史が繰り返されていると感じます。

今後想定される地震活動について学ぶ参考書のひとつとしてお勧めします。

鬼は外・福は内！

新年を迎えた次は、なく、話し合って違いを認め合うことなのでしょう。

2025年版「世界幸

福度報告書」で日本は55位。日本の社会のつながりの希薄・孤立感の強さを感じている人が多かったようですね。1位は

フィンランド。147位がアフガニスタンとのことです。

清少納言
百四十六の段

が、さて「才二」って、なんでしょう。邪神、歌いながらの「豆まき」です。

亡靈。異種族の者。死者の靈魂。「フク」とはなに? 「さいわい」「しあわせ」「幸運」「長い命」と、辞書にあります。神社の中には鬼を改心させたことから、「福は内・鬼も内」としているそうですが、今なら改心では

年。あなたは何を追い出し、何を呼び込むのですか? 私の追い出したいのは「世界の貧困」です。捨てたい物、なくしたいものは「武器」です。「戦争」です。呼び込みたいのは当然「世界の平和」です。

（荒）

私のレシピ

佐竹輝子
(北区鷹峯)



じゃがいものグラタン

【材料】4人前

じゃがいも4個 玉葱1個 溶けるチーズ150g 刻みパセリ大さじ1 サラダ油大さじ2
(ソース)

白ワインカップ1/4 牛乳カップ1/2 生クリームカップ1/3 塩・こしょう各少々

【作り方】

- ①じゃがいもは5mm厚さの半月切りにし熱湯で軽くゆでる
 - ②玉葱はうす切りにする
 - ③鍋を中火で熱してサラダ油をなじませ①と②を炒め、白ワイン、牛乳、生クリームを入れ、塩こしょうで味をととのえる
 - ④チーズとパセリを散らし、フタをしてチーズが溶けるまで蒸し焼きにし、器に盛る
- アツアツ、ハフハフ、ホクホク オーブン使わず手軽に心まで温まります。



「よい年」より 「よい年」で春を待つ	四	千北に長い陰帽子ストラ イド	三	高市の高い支持率 黄から	二	赤	「核武装」の本音漏らさ せ否定せず (本音は「よう言うた」。 か・)	一
-----------------------	---	-------------------	---	--------------	---	---	---	---

川柳

輝子

見舞して トボトボ帰
る 我さびし

帰りたい 点滴夫の
足さする

いよいよ、哺乳類登場
荒木昭夫の語り物
みどり・ミトクン・ミー
もちろん(27)

の時代」。地
球の姿に落ち着いた今
から迎えた「地球凍結を
終えたころ」から始まっ
た新しい地球変身。今の
地球に落ち着いた今
から迎えた「地球凍結を
終えたころ」から始まっ
た新しい地球変身。今の
地球に落ち着いた今
これも生き物たちの知
恵でした。それは「地
球凍結へアース・ボ
ル」の3回目の後のこと。
つまり今から約6億5千万年前の、最後



ひつそりと、生まれて居
て、草場の陰に隠れながら、次の時代を待つてい
たのはデッカイ身体の恐
竜の眼には届かない所に
うまく生き残っていた、
小さな生き物たち。待つ
て居ました! とばかり
に躍り出てきたのです。

小さな旅



第1回

昭和あまり+仲間たち

今は差別用語のひとつとなっている「表日本〇〇」「裏日本△△」という表現。つい最近まで太平洋側を「表日本」と呼んでいた。それは歐米に目を向けた言い方である。しかし日本の文化は中國や朝鮮半島から伝来してきたものが根本であり、歴史的には「日本海岸」こそ表玄海だった。大陸文化が日本に上陸する場所は、海流の条件により若狭地方だったとい

う。奈良や京都の都に着く前に先ず小浜に伝來したという。

この小さな町に古刹が多いのも納得させられる。観光ボランティアの方やお寺の案内人の方々の説明も良くわかり充実しています。



▲観光ボランティア深谷さん。室町時代、日本に最初に「象」が来たのは小浜という。

小浜 小さな町でも歴史いっぱい

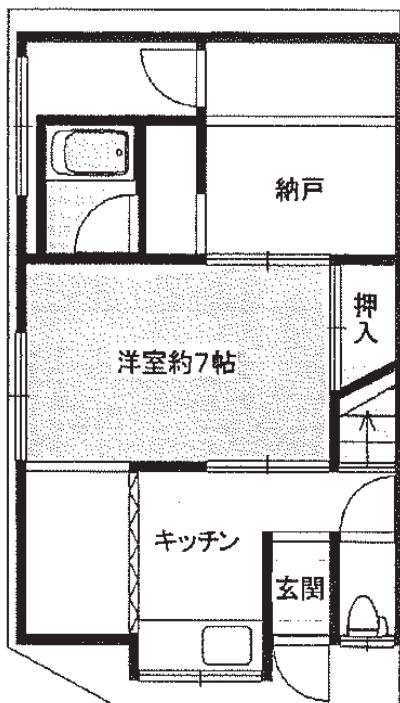
昭和百年の連載が終り、「昭和百年一昔話」の連載もしまいとします。引き続き昭和あまりさんと旅仲間の皆さんのが協力で日帰り京都近郊の旅を連載します。

明るく、お手ごろ

**北区鷹峯の中古テラス角
市バス鷹峯上ノ町より徒歩3分**

価格（総額） 750万円

cope
物件情報
第26号！



★ 京都市北区鷹峯藤林町 6-304

- ★ 土地面積 公簿 87.53 m²、私道面積 43.8 m²
- ★ 建物面積 延べ 43.74 m²
1F(27.99 m²)、2F 15.75 m²
- ★ テラスハウス（連棟式）4戸1
- ★ 上水道、下水道、都市ガス
- ★ 築年月 昭和40年7月、平成9年増改築（1階）
- ※ 増築未登記部分有り
- ※ 現状渡し

お問い合わせ先
くらしcope不動産部
TEL 075・432・3636

教室作品



【手話クイズ解答】
正解は ②番です。
①朝 ②昼 ③寝る



◆ 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

(京都高齢者生協くらしコープ近く)

〒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>

広告

◆編集室の窓◆

「新年早々」という枕詞、近年、あまり良い事に使われていないようを感じるのは、もともとそういう言葉たどつても、阪神淡路大震災、コロナも。能登半島地震は昨日のことのよう。しかし今年の年頭トップニュースは頭を抜いていました▼大国アメリカが「裏庭」ベネズエラに軍事侵攻、住民を殺害、大統領夫婦を拉致して国外のアメリカで裁判にかけるという、戦史の中でもワースト5に入ると思われる極悪非道の所

業で全人類に対する冒瀆、

許せません▼さて、節分で寒さが終ると立春。去年は秋が短かったけど、この春は5月5日の立夏の前日まで、みつちり3か月90日

間、春であって欲しい▼2月になると梅の便りですが、個人的になつかしいのは座禅草。久しぶりに高島市今津に訪ねてみようか

な。湖西線近江今津下車江若バスア分その名も「ザゼン草前」下車3分。車なら国道161号を、国道40台トイレ有。帰路は駅迄歩くのも風情よし。(赤染益輝)

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
2026年2月1日発行



ボランティア
募集中

2月 24日(火)
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!

2026年2月カレンダー



『紫式部』2026年2月号

日	月	火	水	木	金	土
	1 紫式部×大切	2 映画サークル 『ブラックバード、プラッ クベリー、私は私』 10:30/13:30/18:50 教育文化センター	3 13:30 社会問題読書会 『日本領サイパン島の 一万日』	4 13:30 書道教室	5 9:00 グラウンドゴルフ 本部出発	6 12:45 マージャンサークル 7
	8 14:00 絵手紙教室	9 10 11 12 13:30 書道教室	10 11 12:30 書道教室	13 9:00 グラウンドゴルフ 本部出発	14 12:45 常任理事会	13 12:45 マージャンサークル 14
	15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 13:30 書道教室 16:45 経営委員会 紫式部発送	17 18 19 20 21 22 13:30 書道教室 16:30 スマホ教室 10:00 理事会	18 19 20 21 22 23 12:30 書道教室 16:30 スマホ教室 10:00 理事会	19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 14:00 ほっこりサロン西賀茂・大宮	20 21 22 23 24 25 26 27 28 14:00 ほっこりサロン西賀茂・大宮 18:30 きらくに歌おう会
3/1	2 3 4 5 6 7					