

新 生

令和五年十二月 十日印刷
令和五年十二月 二十日発行

新生 第七十五巻 第四号



東北新生園入所者自治会

新 生

令和五年十二月 十日印刷
令和五年十二月 二十日発行

第七十五巻 第四号

東北新生園の概況

所在地	宮城県登米市迫町新田字上葉ノ木沢1番地
土地面積	351,291㎡
建物延面積	22,740㎡
開 園	昭和14年10月27日
医療法承認病床	185床
標榜診療科	内科、外科、皮膚科、眼科、耳鼻いんこう科、歯科
現在入所者数	男7名 女20名 計27名
職員定員数	133名（令和5年4月1日現在）
園 長	医学博士 横 田 隆

東北新生園交通案内図



令和5年度 祝 敬老の集い おもだか秋子 郷みん's 講演会

— 令和5年9月27日 —



5年ぶりの来園



会長の挨拶



津軽三味線曲弾き競演



入所者さんから感謝の気持ち

園内日誌

令和五年 七月～九月

《七月》

《八月》

十六～十八日 お盆行事（抽選会）

《九月》

四～六日 三味線演奏会
七日 楓会発会七十七周年記念
物故者慰霊祭
十二日 夏まつり
十五日 敬老会「敬老祝い品配布」
敬老の集い
二十七日 「おもだか秋子&郷みん's講演会」

【謝寄贈図書欄】

令和五年 七月～九月（敬称略）

多磨 東京都多磨全生園
菊池 熊本県菊池恵楓園
愛生 岡山県邑久光明園
青松 岡山県長島愛生園
始良野 香川県大島青松園
聞き取り 鹿児島県星塚敬愛園
もうひとつの隔離
大阪府 株式会社解放出版社
手足を洗う ハンセン病回復者と看護師
大阪府 株式会社編集工房ノア

令和5年12月10日 印刷
令和5年12月20日 発行

発 行 東北新生園楓会(自治会)
編 集 楓 会 文 化 部
印 刷 川 内 印 刷 株 式 会 社

〒989-4601

宮城県登米市迫町新田字上葉ノ木沢一

東北新生園 電話 0228 (38) 2121(代)
発行所 東北新生園入所者自治会 電話 0228 (38) 3600



新生・第七十五巻第四号……………目次

表紙：「イルミネーション」

……………撮影 医療社会事業専門職 瀬川 将 広

よろしくお願いします……………調理助手……………高 橋 千 尋……………(2)

東北新生園夏まつり二〇二三……………介護長……………鹿 野 琴 美……………(4)

ふくちゃん……………作業療法主任……………羽 賀 登 美 子……………(7)

ほごよい距離感……………芽……………生……………(8)

随筆「弟夫婦が面会に」……………斎 藤 照 雄……………(10)

|| 新 生 文 芸 ||

詩……………選……………者……………佐々木 洋……………(15)

短 歌……………選……………者……………皆 川 二 郎……………(19)

俳 句……………選……………者……………山 田 桃 晃……………(21)

川 柳……………選……………者……………栗 石 隆 子……………(22)

栄養班だより……………栄……………養……………班……………(23)

津軽三味線演奏会(煉愁Ren-syu)に至るまで……………福祉室長……………菅 原 政 敏……………(24)

田舎育ち……………事務助手……………遊 佐 三 枝 子……………(30)

四コマ漫画「すわる姿勢①」「すわる姿勢②」…………………………太 田 凜……………(32)

園内日誌・謝寄贈図書

よろしく願います

調理助手 高橋 千尋

八月から栄養班に勤務しております、調理助手の高橋千尋と申します。

私は栗原市瀬峰町出身で、現在は登米市南方町に住んでおります。家族構成は義両親、夫、子供三人の三世代七人家族です。（大学生の息子は岩手県で一人暮らし中です。）家の近くには東郷小学校があり、隣の地区には大嶽山興福寺があり季節ごとに自然の美しさを感じられる素敵な場所です。特に梅雨時季の紫陽花がとても綺麗で、目の保養がてら散策にぴったりの場所だと思います。

私の趣味といたしまして、月に二回程ヨガを続けています。始めて二年程になりますが

凝り固まった心と体をほぐし、私だけの癒しの時間です。リラックスして呼吸を整え意識を集中してポーズをとります。だんだん血行が良くなり体が温かくなりヨガの前後では自分でも驚く程、柔軟性に変化がみられ、それが喜びに繋がります。

あともう一つ、屋外で「メダカ」と「金魚」を飼育しています。メダカ八匹、金魚五匹です。夫が好きで飼いだめたものの、最近私が朝晩のエサやり、清掃、水位の変化をチェックして水を足したり等々、お世話しています。メダカと金魚の可愛い泳ぎ姿をボーッと眺めるのが最近好きです。

私は前職、歯科助手として働いていましたが、医院の閉院に伴い離職しました。歯科の求人は時期的に少なく年齢制限があったりとなかなか難しい面があり、心機一転、新しい職業にチャレンジしてみようと思い調理助手の面接を受け採用していただき、新生園で働

けることになりました。栄養班の皆さんは、すごく親切で優しく、とても気持ち良く働けています。まだまだ沢山覚える事はありますが、焦らず一つ一つ丁寧に仕事を頑張りたいと思います。

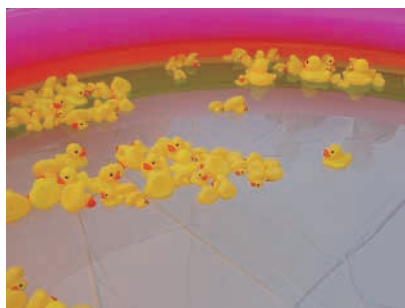
「食べることは生きること」という言葉があります。私はこの言葉に共感しており、給食を通して、皆さんに美味しく安心安全な食事の提供が出来るように努めて参りたいと思います。どうぞよろしく願います。



東北新生園夏まつり二〇二三

介護長 鹿野 琴 美

合同レクリエーション三つの柱・六月に行われた春の運動会に続き残暑が厳しい…と言うよりまだまだ猛暑が続いている中、令和五年九月十二日「東北新生園夏まつり二〇二三」が開催されました。五類になったとは言えコロナ禍の中、入所者の皆様に楽しんで頂ける様な催しにしたいとの思いで、実行委員会を開き場所や内容・感染対策等々話し合いを重ね実施しました。総合診療棟玄関前を会場に昼の部「縁日」、夜の部「花火大会」の二部制縁日では一階的当て輪投げ、二階アヒルすくい、三階水ヨーヨー、しんせい茶房からは、かき氷・手作り梅酒・綿あめが振る舞われま



す。大きなアヒルが取れず小さいアヒルを一度に三ヶすくった方、職員と協力し大きなアヒルをすくった方、それぞれ「かわいいな」「お風呂に浮かべるべ」等、楽しそうな会話が聞かれました。水ヨーヨーではかつて釣りをしていた頃を思い出しながら大物を釣るぞと言う気持ちで竿を降ろしていました。縁日を楽しみながら、かき氷や梅酒「かき氷しゃっこくて美味しいな」「梅酒だからお酒入ってん

した。「お待たせしました東北新生園夏まつり二〇二三の始まりです」の開会宣言から始まり園長先生の挨拶、縁日の説明を終えスタートしました。的当て輪投げでは、長年レクリエーションで行っている輪投げは皆さんお手のもの、それでも良い点数を狙い真剣な眼差しです。「あゝ残念」「やった!!」等々の声が聞かれました。高得点でも残念ながらそ



うでなかった点数でも「カランカラン」と鈴の音が響き素敵なカードのプレゼントがあり嬉しそうな笑顔が見られました。金魚すくいならぬアヒルすくいでは大中小のアヒルをお玉ですくい上げま

のかな? 酔っ払うな」と冗談を言いながら美味しそうに食べていました。

縁日が終わり次はアトラクション。皆様楽しみにしていたであろう(?) 職員による踊り「マツケンサンバ」です。仕事の合間に練習、自主練習を行い、いよいよ本番です。金と銀の衣裳に身を包んだ主役は気合十分、周りの踊り子もそれに続けと…僅か二分三十秒の踊りに汗だく息切れしながらも踊り切る事が出来ました。大きな拍手と歓声にホッとしたのも束の間、アンコールの声に周りの踊り子さん達の視線を気にしながら(汗)アンコールに応えたのでした(笑)「いいぞ」「うまいぞ!!」と皆様の声にとっても嬉しく思いました。皆様楽しんで頂けたのではないのでしょうか。

夜の部は「花火大会」です。事務長の合図で花火が上がり始まりました。始まる頃には日も暮れとても良い雰囲気の中、手持ち花火打ち上げ・吹き上げ花火と交互に行いました。

手持ち花火では「まだ終わるなよ」「昔よりすごいな」等、昔やった花火を思い出しながらまた打ち上げ、吹き上げ花火では「森先生の花火大会みたいだな」「随分高く上がるな」「きれいだな」と各々楽しそうな会話が聞かれました。三十分という短い時間でしたが、入所者の皆様、職員共に童心にかえって一緒に楽しいひとときを過ごせたのではないのでしょうか。

今回、夏まつりを開催するにあたり、幹部の方々をはじめ、他部署の方々、看護課の皆さんの沢山の協力のもと無事終えた事に安堵すると共に、入所者皆様の楽しそうな姿、笑顔が見られた事に心より感謝致します。

今後も皆様に楽しんで頂き、沢山の笑顔が溢れるレクリエーションを考えて行きたいと思っています。また皆で一緒に楽しみましよう。

ふくちゃん

作業療法主任 羽賀 登美子

首に鈴つきの濃い紫色の紐を巻いた茶ぶち猫に出くわすことがある。朝、歩いてくると、梅ヶ沢駅と新生園踏切の間の集落にいる。その日によって、いる家・場所が微妙に違うため、未だにどこのお宅の飼い猫か判然としない。会うとじつと見つめ合うが互いに歩み寄れない。毛並みよく、ふくふくとした体つきだが目つきは鋭い。仮にその猫の名を「ふくちゃん」と勝手に名付けることとする。

ふくちゃんは時々、近所の猫達と井戸端会議を集落のゴミ置き場の前で開いている。ゴミを漁るのは見たことがない。飼い猫の余裕

まつりの音響き渡りし夏の日に
大輪の花と笑顔が咲いた夜



である、と思う。大体三匹くらいで輪になって向かい合い坐っている。なぞである。最初見かけた時はお腹が大きい気がした。そのことを同僚に話すと、ママ友の集まりではないかとのことだった。それからしばらく経ち、また数年たっても、依然としてふくちゃんのお腹もそれ以外もふくふくのままである。

果たしてあれはママ友の井戸端会議などといった和やかなものであったのか。お互いが抜け駆けしないよう見張っていたのではないのか。

後日、そのうちの二匹のキジ猫と「シャー」といった唸り声と共に、互いに猫パンチを繰り出し、負け気味のふくちゃんを見て、そう思うのである。





冬のライフハック

身近にできるライフハック



【新聞紙】

濡らして固く絞り、窓ガラスを拭き、その後に濡れ布巾で拭いて、乾拭きするとピカピカになる。新聞紙は様々な用途にいざという時にも使えるので、あると便利です。

また玄関先や土間などを掃き掃除する際に、濡らして千切った新聞紙を周囲に撒いたうえで掃き掃除をすると土埃や埃を吸着するため、舞い上がりを軽減できる。

【お茶】

風邪引き予防には、カテキンを含んだお茶で「うがい」。

お茶の出がらしには、消臭作用があり、出がらしを乾燥させた物をお茶のバックなどに入れて下駄箱や、冷蔵庫に入れておくと良い。ホルムアルデヒド対策にも効果があり、被害を軽減できる。

(重曹も同じく消臭効果、湿気対策に使える)

【エアークャップ】

冬は防寒対策のために窓際などにエアークャップ(プチプチのやつです)を貼る方も多いと思いますが、正しい使用方法を知っていますか？エアークャップの空気の内面を外側に向けて、寒風や冷風を防ぐことができます。空気の層で寒さを遮断するのです。

【ホッカイロ】

冬と言えば必需品のホッカイロ。使用後に、そのまま捨てていませんか？ホッカイロは、酸素を含むことで熱を発生します。すぐに温かくしたいならば、開封後に息を吹きかけることで、いち早く温まります。

そして使用後、冷めて固くなったホッカイロは、粉々に砕いて植木鉢や畑に蒔くと、成分に含まれる活性炭や鉄分が栄養となり、きれいな花が咲きます。

【煉瓦】

雪道を歩いた後は、ブーツや靴の底に水分が溜り玄関先が水浸しなるとも。

玄関先に靴を置けるだけのレンガを置いてみてください。煉瓦は、水分を吸うため、珪藻土の役割を果たします。

【保冷剤】

夏場に使った使い捨ての保冷剤は、袋から出して、空き容器に入れて自分好みのアロマを垂らせば、消臭、アロマの芳香剤になるし、いくつか取っておくと、いざという時やバーベキューの時の着火剤代わりになります。

着火剤代わりと言えば、使用済みの割りばしなどを取っておく方もいるようですが、現地調達するならば、松ぼっくり。適度な油分を含み、現地調達、廃棄できるのが良いですね。

ほどよい距離感

芽 生

昔、自分が若い頃のこと。仙台へ行くために電車に乗っていた時だった。途中の駅から白杖を持たれた方が乗り込んできた。そこそこ込み合う車内、たくさんの方が乗車しているのに、誰一人として手を差し伸べる人はいなかった。自分は何かお手伝いをしたいととっさに考えて行動に移した。『こちらへ』と言い、空いている座席へと導いたつもりだった。その空いている席は窓際でした。手前には、先の駅から乗車してきた方がいました。自分は、目が見えます。だからと言っては言い訳にしかありませんが、その白杖の方は、手前の方の膝に腰を下ろしかけました。私は慌てて『奥へ』と伝えながら、手前の方に申し訳ないという意味合いを込めて頭を下げました。その方は、何も言わず、特に不快な顔もせずについて、少しだけ身を引いてくださいましたが、私は心の中で「奥に詰めてくれたら良いのに」と思いました。不慣れな気遣いは、かえって迷惑をかけてしまったのではないだろうか？もっときちんと目の見えないということがどういうことなのか理解して、手を差し伸べるべきだったと後悔しました。中途半端な気遣いは、手を差し伸べた人間も、差し伸べられた人間も戸惑うばかりで、本当の優しさや気遣いというのは、ある程度の知識がないと、後悔が付きまとうものだと知った経験でした。

その後に縁があり、通所した事業所の方に、そのような時には『何か、お手伝いできることはありますか？』と声掛けしてみて、どう動いたらいいのか、何をしたらいいのか、本人に尋ねてみてください。と教えていただき、目から鱗が落ちる思いでした。それまでは、誰かの助けになりたい、何か手を差し伸べたいと気負うばかりだったのが、何かお手伝いできることはありますか？そんな簡単な、たった一言で、両者が気遣いに対して齟齬なく納得できる結果で、気持ち良く過ごせるのだ。もしも何もしなくてもいい、大丈夫ですよと言われたならば、見守る。黙ってじっと待つのは、何かしてあげたい、手を貸してあげたいと思う自分には、忍耐を試されているようである。こうすればいいのにと言われたら自分もムカついてしまい、素直に聞けないことが多いが、こういうやり方もあるよ、こんなのはどうかな？とアドバイスしてもらえたら、少しは素直に聞き入れられる。

優しさも気遣いも、けして押し付けてはいけけない。本当に相手のことを思うから測れる【程よい距離感】は、一長一短で身に就くものではない。それまでのたくさんの失敗や経験を重ねてきたからこそ自然にできるようになるのだと思います。いくつになっても自信も経験も追いついたとは言いがたいかもしれませんが、少しでもどこかで、誰かの役に立ちたいと日々思い続けています。

「弟夫婦が面会に」

斎藤 照雄

弟の栄二さん、妻のケイ子さんが面会に。

なぜ栄二さんに「さん」付けて呼んだのか。それは、ハ氏となり、何処に行くにも、何をするにも、お世話になるばかりで、いつの間にか「さん」付けで呼ぶようになっていた。

「栄二さんは面会に二回も来ているから手続き判るよな。分館が別のところに新築された。そこは門入ってボイラーがあるの知ってるな。道路を挟んだ東、数メートル行った、ちよつとした丘に建っているよ。そこで面会

の手続きを済ませて、兄貴たちは中央集会所で待っているから。案内してくれと言えば案内してくれるからお願いしてください。」と電話で話した。

私達はお世話になった方達と中央集会所で待っていた。

夕方六時頃、案内人と一緒に弟夫婦がおとずれた。

私達三人は玄関で出迎えた。

弟夫婦に面会室に来てもらい、挨拶を交わした。

「この女の方は入園日と同じで、間もなく夫婦舎に行つて。毎晩おいしい物をご馳走になったり、テレビを見せてもらっていたんです。こっちの男の方は・・・」

「あの節は、兄貴が大変お世話になりました。」

「いや、こちらこそお世話になりました。あの時は大変楽しかったです。」

「この人には、床屋に行くのが嫌で玄関で理

髪をしてもらったんだ。魚釣りが好きで、溪流釣りや海釣りに行くんだ。溪流釣りでは淡水魚の王様イワナ、海釣りではメバルという魚で刺身を作つて食べさせてもらったんだ。刺身はこの人の作ったものでないと食べなかった。」

歓迎会を開き、四方山話に花を咲かせた。

間もなく「私達はこれで失礼するから。皆様募る話もたくさんあると思いますから」と、私と弟夫婦で二人を玄関まで送った。

それから面会室に戻つて残っていた飲み物、食べ物を頼張った。

しばらくして「この布団を使つてもらつて、朝起きたら元のように畳んで置いてくれれば担当者に来てなんとかしてくれるから」と話すと、

「あら、私はお兄ちゃんのところでお話ししながら寝たほうがいい。」と弟が言った。「俺

のようなところで寝てくれるのかい。」「いいわよ。」と言つて、灰皿に水を垂らして火の用心。

それから弟夫婦と玄関を出た。戸を閉めて、分館のフロントへ行つて「うちで寝ると言うから中央集会所を閉めてください。」と話すと、分館職員は「承知しました」と言った。

泉寮一号へ行くと、

「あら、良い所に住んでいるんですね」

「まず、お入り。お世話になっている方を紹介するから。」

「こんばんは。面会の方ですか。」と担当が来た。「紹介します。この男の方が弟の栄二さん、その妻のケイ子さんです。なぜ弟に『さん』づけで呼んでいるかというと、ハ氏となり、何処に行くにも、何をするにも、お世話になるばかりで、いつの間にか「さん」付けで呼ぶようになっていたんです。」

「ああ、そうですか。何で来たんですか。」と担当が聞いた。

「新幹線で来ました。」と弟が言うと、そこでインターフォンが鳴ったので、「もつとお話ししたかったのに、時間があればね。」と担当が帰っていった。

そして「近くを案内するのを都合がいいか聞いてみるから。」と俺は電話をかけた。

「菅原さん、突然ですが、明日一日都合はどうですか。」

「良いよ。うちのやつも非番だから。」と返事をもらい、翌日の朝八時半前に来てくれるように言った。

車に乗せられて「行く先は後でな」と言った。担当には「フロントへ伝えてください。外出してきます。フロントへは寄らずに行きますから。行先は気仙沼方面。帰園は十八時半

から二〇時頃。昼食、夕食はいりませんからでは、よろしく願います。行ってきます」と伝えた。

弟夫婦と俺と車に乗せられ「行先は気仙沼でどうでしょうか」と言うと、「良いですよ」と運転手の旦那さん。

門を出て南下して佐沼を抜け、ホテル観洋で昼食をとり、一路気仙沼へ。岸壁や大島に行くルートを説明した。ここでの話はここまで。

そして、岩井崎へ。明治時代の宮城県の横綱「谷風」の銅像の前で記念撮影。岩の裂け目から吹き上げる上げ潮、その向こうには外国船航路。ちょうどタンカーが行った。「良い時に来たな。」それを見て岩井崎を後に。

大谷海岸のお土産売場で甘いものを中心に煎餅などを買う。

帰りは、佐沼のウジエスパーで刺身など

盛沢山の料理を買った。やまや酒店で旦那さんが好きだと言った清酒を二本とビール三五〇を一ダース買い、平筒沼を見学した。チューリップ畑では四月二十二日で満開となっていた。ここは、宮城県米山のチューリップ畑。チューリップと言えば米山と、呼び名が板についた。

そして、二時半ごろ旦那さんと奥さんの家についた。

三時頃から奥さんの接待で宴会が始まった。五時半頃お開きとなった。

「うちの旦那が、飲んだ後に麺類が食べたいというのですが、皆さんはどうでしょう。」

「あ、ご馳走になります。」

「明日、弟夫婦を高原駅に送ってください。」

「はい。かしこまりました。」

「そんなに、かしこまらなくていいから。」

と大笑いして、二〇時頃には家路に向かった。

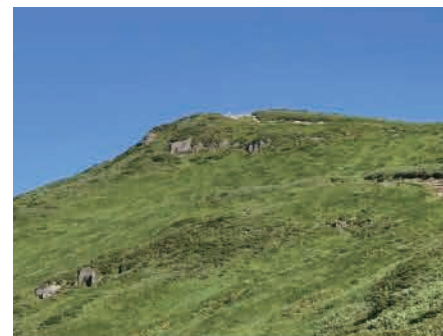
次の日、「二人を無事新幹線に乗せましたから、ご安心ください。」と旦那さんが言い、四時頃「無事着きましたから、あの方によりしくお伝えください。」と弟から電話があった。といったところで、弟夫婦との面会の旅が終わった。



🍁🍁🍁 晴れた栗駒山と神の絨毯 🍁🍁🍁



(栗駒山山頂/東栗駒コースの沢)



(夏の栗駒山/いわかがみ平(中央コース))



(栗駒山/いわかがみ平の朝焼け)



(10月14日の栗駒山神の絨毯)



(撮影：G・ムーチョ)

新生文芸

詩

佐々木 洋 一 選

◇ 入 選 ◇

《優しい母》

斎藤 照雄

頭のでっぺんから足のつま先まで
ピッカピッカ
ランドセルも踊り待ちに待った
今日は楽しい入学式
母が優しい母が
僕に寄り添い歩いてくれた

そして学校の入学式へ
手続きをして間もなく
入学式が始まった
何やら偉い方のような人が
何やらおしゃべりをして
入学式が終わった
入学証書を頂いて母が懐へ
お祝いとして
紅白饅頭・石盤・石筆を頂いた
入学式を終えて家に帰り
家族で紅白饅頭をはおばった
しばらくして
学芸会には優しい母達が
私たちの芸に對して
大拍手を送ってくれた
運動会には
四組に分かれ競技して
母達が紅組を応援

僕たちも紅組
母達の応援があつて
紅組が優勝した

賞品として

帳面・鉛筆・ゴム消しを頂いた
お祭りには赤いべを着せられて
母に連れられお祭り広場へ

お店屋さんで

おもちゃの鉄砲を買ってもらった
筒先にはコルクがついていて

安全のために紐が付いていて

遠くへは飛ばない

コルクは遠くへ飛ばず

筒先あたりで止まる

万が一のために

人様には向けないように

「でも坊やお利口さんだから
そんなことはしないよねえ」と

僕の頭をなでくれた
優しい母でした

【選評】

《優しい母》

斎藤 照雄

小学生の頃の潑刺とした様子が昨日のように蘇り、そこには、必ず優しいお母さんが存在した。老いても、お母さんを慕う気持ちや深い思いを失うことはないのでしょうか。

ただ、作品としては作者の心情など、もう一歩踏み込んで欲しい。

短歌

皆川 二郎 選

◇ 入 選 ◇

カモシカの動かぬ様子スマホにて撮り
つつ胸の高鳴りを知る 柏木 梅

【選評】

カモシカは高山に生息しているが、時折近くの里山などにも下りてくることがあり、散策の折などに偶然遭遇することがある。動かないでじっと見つめられる時の様子を作者はスマホにて撮影しながら胸の高鳴りを覚えたという。作

軒下の長き氷柱を奪い合い学校帰りに孫ら
舐めゆく 芽 生

者とカモシカとのその時の様子が想像される一首である。

【選評】

北国では、冬になると軒下に長い氷柱が垂れ下がり、日差しを受けて輝いているが、学校帰りの子供たちがそれを奪い合って舐めているという。その様子を作者はよく見て観察しているのであるが、誰もが経験する懐かしい幼き頃の一場面である。

季語探し犬と散歩に出かければ河川に
蝶と花が戯る 歌 多 眠寝子

【選評】

季節の言葉は、俳句における季語などを採しながら愛犬と共に散歩に出かけられた時に、河川に流された花か、河川敷に咲いていた花かに蝶が付いては離れたりしている様子が、戯れるように見えたという。その情景が見えるようである。作者の感性に同感した一首である。

◇ 佳作 ◇

小林 喫茶
腰に貼るトクホンの香に老いきたるわれの齢を自ずから知る

芽 生
一晚に玄関塞ぐ大雪を除雪したるもまた雪積もる

あなた誰吾が子忘れても覚えてる初恋の君青春の頃

柏木 梅
ワレモコウ歴の秋を知らせるが首の氷を手放せぬ今日
コロナ禍の時間を埋める小説にはまりて楽し夕べのコーヒー

歌多 眠寝子
ぬばたまの黒髪梳かす夏の夜滴り落ちるはずくか汗か

俳句

山田 桃晃 選

◇ 入選 ◇

斎藤 照雄
萩の花咲くころ私が産声を

【選評】 萩の花の咲く頃は爽やかな風、透明に光る眞青な空気がうまい。この節に生まれた作者。元気な産声が聞こえてくる。咲く頃の中七が力強い。

斎藤 照雄
精込めて母さん作った栗ご飯

【選評】 母は何歳になっても母、歳を重ねていくと母の有難みがひしひしと身に、精込めて作った栗ご飯、家族揃ってのいつときは何とも言えない有難うの一言。

芽 生
物価高値上がり止まらぬお年玉

【選評】 物価高とお年玉面白いですね。値上げするのはお年玉いや物価高くなつた分倍価する。この道ばかりはいつたり来たりする迷道かもしれない。

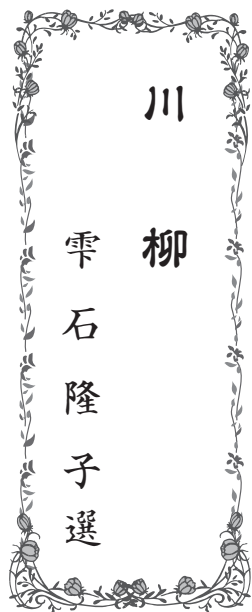
◇ 佳 作 ◇

斎藤 照雄

大風の翌日楽し栗拾い
干し芋をお婆とお母丹念に
紅椿全快祝いに馳せ参じ
コロナに勝った瘦せあばらに盆の風

芽 生

ススキの穂満月映える宴の夜
ハロウィンかぼちやの馬車未だ来ぬ
焼き栗を競い食べるもボロボロに
慌ただし餅つき丸め晦日待つ



◇ 入 選 ◇

《天位》 長沼 蓮花

猛暑にも負けじ実った一等米

【選 評】

猛暑のあおりで野菜や果物の実は、イマイチとの報道ですが、それでも一等米とは良かったですね。穀倉地帯の一句として、ホッといたしました。

《地位》 小林 喫茶
猛暑でも値上げで寒し我が財布

【選 評】

今年は「沸騰化」と形容されるほどの猛暑でした。しかし、世相はハマス、イスラエルの戦争が始まり驚きです。物価の値上げにも悩まされましたが、結果は財布の冷え込みになりました。

《人位》 千 歩
浮き沈み柚子湯に浸かる夜勤明け

【選 評】

かぐわしい柚子の香りがバスルームに満ちる。それだけでも、夜勤の疲れが癒されるようですね。上五の浮かんだ柚子を見つめる作者が浮かびます。

出張

栄 養 班 だ よ り



9月15日 敬老会



9月20日 お彼岸

●栄養班で季節の味を提供しました。

東北新生園の敷地内に自生する「いちじく」を収穫しました。



「いちじくヨーグルト」に調理し、入所者様へ提供しました。

◇ 佳 作 ◇

斎藤 照雄

失明よ泣くな夜明けはもう近い
コロナ風邪俺にいきなり挑戦状
コロナに勝って俺に軍配高々と

千 歩

黙食を破ってアケビ口開く
節約と不平不満を持ち帰る

大平 尚拓

今流行る一度は消えしガラスペン
手を戻すちくつと刺さる道の栗

小林 喫茶

処理水で他国の怒り薄まらず

芽 生

多分より確実に見よ火の元を
疲れてるスマホゲームに取り憑かれ
窓越しの雪見て食べるアイスかな

長 沼 蓮 花

祭りの音幼き頃を思い出し
寮友と見上げる花火涙ぐみ
まだ暑いそれでも空は高くなり



津軽三味線演奏会

(煉愁Ren-syu)に至るまで

福祉室長 菅 原 政 敏 (Seibin)

私が三味線を始めるきっかけとなったのは、同僚と五所川原立佞武多（たちねぶた）を見に行った際、夕食を食べに行った居酒屋さんでの三味線演奏によるショータイムでした。生で初めて聞いた津軽三味線の音色と音圧が凄く、聴いていて空きっ腹に響き渡ったのを今も覚えています。その後「高橋竹山」のCDを友人から借りて聞き始め、「三味線ていいよなあ。特に津軽三味線は。」この時点では、三味線の棹（さお）の弦が張っている部分）に太さの違いがあることさえ分かっていますでした。棹には太棹・中棹・細棹と

あり、津軽三味線は、この太棹を使用することとなります。また撥（はち）での弾き方も、ただ弦を弾くだけではなく、太鼓部分へ撥を打ち付けるように弾くため、迫力のある音色と音圧があるのだとわかりました。

この津軽三味線との出会いから数年間、まだ身体を動かせる状態の若かった頃の私は、バスケットやテニス等（スポーツ）の趣味で満足をしていたのですが、あれから三十年…。若かった頃の引き締まっていたボディの面影は何処へやら、結婚をして妻子もでき、これが幸せ太りと言うものなんでしょうか？それともストレス太りなんでしょうか？どっちが濃厚なんだろう？

失礼しました。皆さんにはそんなことは、どうでもよいですよ。ここで、体型のことはさて置き、話を戻します。ある時、妻から一言「若い時は、趣味でスポーツも良いけど、歳を取ってから趣味と言えるものを今か

ら何か見つけた方がいいんじゃない。人生長いんだし。（※その話の裏には、定年後ずっと、家の中で一日中テレビを見ていられるのも困るし…。とでも言いたかったのでしょうか。）」と、言われたことがきっかけでした。スポーツ以外で何か…。そっかあ、あの五所川原で聴いた津軽三味線を習うのはどうだろうか。三味線教室をインターネットで検索すると結構あるもので、でもその時は仙台在住。私の職業には転勤が付きもので、異動となったらわざわざ自宅から仙台まで三味線教室のために通うのは、どうなんだろう？との葛藤があり、結局その時は一度断念。それから数年後、初めての単身赴任となり、また同じことを考え始めました。自宅のある盛岡で三味線教室へ通うのはどうだろう？でも盛岡に津軽三味線の教室などあるものだろうか。と思いつつ、再度インターネットで検索をしたところ何ヶ所もあり、そこで見つけた

のが今の津軽三味線教室の先生「三代目 井上成美先生」（※誤解する方がいると困るので補足ですが男性です。）との出会いでした。年齢は私よりも全然若い方でしたが、凄く丁寧に教えていただける先生で、令和三年十一月から通い始め、何とか長く続けられるのではないかと思います、今現在に至っているところです。

この教室へ通い始めた令和三年はコロナ禍の真っただ中、入所者の方々は園外へ旅行に行くこともできない状況で、イベントと言うイベントは外部との接触があることから、ほとんどが中止となる状態でした。そんなコロナ禍の中、東北新生園へと赴任してきた私でしたが、習い始めた津軽三味線を少し弾けるようになったら、入所者の方々に聴いてもらうのはどうだろう。下手だから、がっかりさせて終わってしまうのでは、とも思いましたが、それは練習量でカバーすれば何とかなる

のではないかと思い、体育会系の私は練習に励んだのでした。

そこから十ヶ月経った昨年九月、コスモス観覧会も実施二年目の開催時期となったのですが、センター集約の引越もあり九月の開催を断念し十月に開催を行ったところ、コスモスが三割近くは枯れていて、このままではコスモス観覧会に来てもらっても、がっかりさせて終わってしまうのではと思いました。そのため、これでは何かオプションを付けないといけないのではと思い、習いたての津軽三味線の演奏を一曲弾かせてもらうことにしたのです。そして、この時に入所者の方々が、私の下手な演奏を聴きながら、民謡を唄っていただいたのが心強かったです。また、二日目の別日には、唄い出しの合図を入れてもらえば、唄えたとの話も聞こえて来て、次回は今より少しでも演奏もバージョンアップしているはずだと自分に言い聞かせ、唄い手

と、合いの手を誰かにやってもらうことで、唄い出しもわかるだろうし、演奏会を楽しく行うことが可能になりそうだと、決心したところです。

でも強敵は、人前での緊張感です。そのため職員二人を巻き込んだの演奏会を行うこととなり、その方々はもらい事故で迷惑だったかもしれませんが、私は心強かったです。ありがとうございました。次回があったら、またよろしく願いますね。(笑)

しかし、入所者の方々全員の前は当然無理なため、各センター毎の開催にすることで、各センター間の方々が交わることをセーブすることもできるし、また人数を必要最小限にすることもできました。決戦の日は、八月三日からの三日間(スリーデイズ)での三味線演奏会「煉愁(Ref.Syn) ↓(意味は、三味線演奏会の練習)」です。しかし、決戦の日が近づいた頃に、またアイツ(コロ



ナの第九波?) がやってきました。これにより苦渋の選択を迫られ、演奏会を延期することとなりました。そしてその一ヶ月後、今ならコロナ禍も少し収まっているので大丈夫との話となり、九月四日からの三日間演奏会を実施することになりました。とは言え、八月後半は、三人のタイミングが合わず二週間は練習できない日々が続き、そのため八月最終週一週間で何とか感覚を取り戻し、練習不足ではありましたが、何とか実施に向けて行うことになりました。そうさせたのは、その後に計画されていたプロの演奏会があったからです。どうしても前座として先にやっておかないと、プロの後では、緊張感もMax(最大)となり、弾くに弾けないと思ったからです。

そしてとうとう緊張する三日間(スリーデイズ)の演奏会がスタート! いざ始まってみると、各センターによって奏者側(私の)で

の感じ方（雰囲気）がこんなに違うんだと言うことがはつきり感じてきて、これはプロの方々もこんな風に感じ、それを盛り上げて行くのであるとは思いましたが、素人の私には当然雰囲気を変えられることもできず、一生懸命三味線を弾くことしかできませんでした。

今回の演奏曲は「外山節」「南部俵積み唄」「津軽じょんがら節」六段」の三曲だけではありましたが、入所者の方々も手拍子をしたり、唄を口ずさんだりと、少しずつ乗ってきていただき、緊張も少しずつほぐれてきた感じがしました。

後半では、下手なりに演奏した三味線でも、何とか満足していただけたような感じはしました。自己満足でしょうけどもね。でも、おもちゃ紙幣の見本銀行百万円札での首飾りや花束をいただき嬉しかったことと、凄かったのは素人が弾く三味線演奏会に対し、横断幕

があったのはビックリでした。

その後、プロの演奏会があったのですが、その演奏会を聴いたあと「室長も、まだまだだなあ。」とのコメントがあったそうです。でもその言葉もありがたいですね。自分の弾いた演奏のイメージを覚えていてもらえないと比較できない訳ですから、頭に少しイメージが残っていたと言うことですよね。（笑）よい経験をさせていただきました。

当然私はまだまだですので、もっと練習量を増やして頑張りたいと思います。「室長の演奏も、前より少し上手くなったなあ。」とコメントをもらえるよう、日々頑張っていきたいと思っています。

最後に今回の三味線演奏会に参加して聴いてくださった入所者の皆さん、その開催のために色々と装飾を行ってくださった職員の皆さん本当にありがとうございます。また、私にしてみれば一番の恩人である奏者側の唄

い手、合いの手にご協力いただいたお二人の方々もありがとうございました。ごつつおするんで次回もご協力お願いしますね。

次は、ちょっと口コミを行ったうえでの、園内ホール等でのゲリラライブにチャレンジしたいと思っています。どうぞお時間のある方々は、私がひとりぼっちで津軽三味線を弾いているかもしれません、聴きに来ていただければと思います。私の方は、首を長くしてお待ちしておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

そして素人の私がおふざけモードで「Seihin」等の名前を使ってありますが、皆さんに覚えてもら



いやすくするためですので、井上成美先生！どうぞ勘弁してください。今後も、お稽古は息子と二人で真面目に行きますので、どうぞよろしく願います。

田舎育ち

事務助手 遊佐 三枝子

じじばに育てられました。田舎暮らしで都会に縁がなく、遊び場と言えば土手、河原の砂浜、田んぼ。

その内容は？と言うと、土手の坂を寝っ転がって降りたり、河原の砂浜に生えている柳の木に縋っている髪切り虫を捕まえたり、皆で持ち寄ったお菓子やジュースを飲んだり、所謂隠れ家のような場所を作り、開拓したりしていました。田んぼでザリガニ釣りや蛙：蜻蛉の尾に糸を付けてペットにしたり。小学校の校庭に生えている桜や楓の木の上には、いつも仲良しの友達がいました。

友達の家に遊びに行くと、おやつに出てく

るのは漬け物にお茶。ばあちゃんの味の煮付け、煮物。今でもばあちゃんの味は作れません。

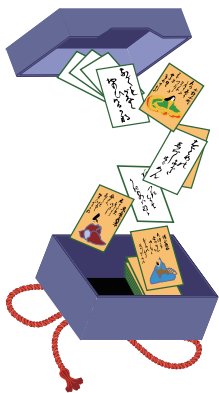
近所にある精米所件、お店には、たくさん『とすけっこ』（くじ引き）『パッタ』（メノンコ）やスーパーボール。紐の付いた飴、きなこ棒。水に入れるとコーラやオレンジジュースになる粉。おばけ煙。大きいお兄ちゃんたちが百円玉を握りしめて夢中になっていたインベーダーゲーム。今は、みんなスマホやゲーム機が各家庭にあって外で子供たちが集まる機会も場所ありませんね。

時代に置き去りにされたのは、言葉かもしれない。昔は友達の家に行くと、ばあちゃんが『あがらいん』（上がって）と気さくに迎えてくれた。いつも何かしら『ごつつお』（ごちそう）してくれた。友達と遊んでも『ほでなす』（あほ）で『きゃつぱり』（水に足がはまる）しては、また怒られる。

夕方に回覧板を届けに行くと『おばんでがす』（こんばんは）と声をかけたものだ。あまりにはしゃいでいると『やがましい』（うるさい）と叱られ、『しづね』（じつとしていない）だとか『ちよどしてろ』（動き回らない）と言われたものだ。外で遊べと言われ、外に行けば『みずごね』（水遊び）するなど叱られたり…。

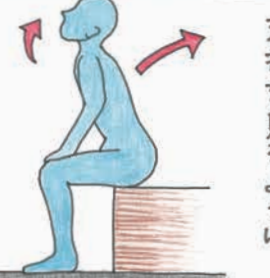
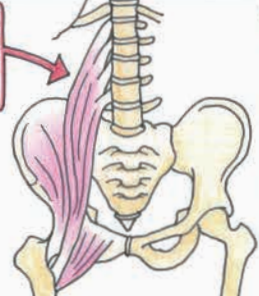
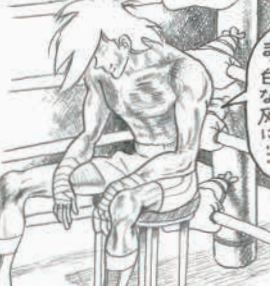
お父さん大好きな自分は、よく甘えていて『そべでばり』（甘えてばかり）とか『なあつつあがん』（人に絡まる）と怒られてばかりでした。父親は、大工だったから良く『げんの』（金づち）『きっぱず』（木の切れ端）とか言っていました。母親も田舎育ち。その姉様は、さらに訛っていて、その影響は強いと思う。『かばねやみ』（体の痛み）『かばねひぎづり』（めんどくさがり）とか『なじょして』（どうして）『いがべっちゃ』（いざいざ）など普通に使っていたから、

それが普通だと思って育った自分は、気が付けば標準語がわからない。父は相変わらず『ひてこび』（額）だの『ぶのごど』（後頭部）だの言ってたし。言うこと聞かないと『からこび』（げんこつ）か？と言われたし。だからだらしていると、そんなごさ『ぬたばつて』（ゴロゴロして）邪魔だと言われ…。宮城の方言はカルタを素で表している両親と自分でした。何故か上の二人はあまり訛ってはいなかったけど、あの頃の日常は昔のようです。



四コマまんが

作・太田 凜

すわる姿勢 ②	すわる姿勢 ①
背中を伸ばして座るには…  深く前かがみになってから	イスに座っているとき  背中が丸くなっているいませんか？
天井を見るように  体をおこします	その姿勢をつづけると  腰を痛めることがあります
あごを引いたら  腰は反らせすぎない 背すじが伸びましたね	背中が丸くなるのは…  腸腰筋が弱っているからかもしれません
こんなときでも  背すじを伸ばしてね	イスに座って足踏みをする  20回1セットから