

愛風だより

わくわくわつかまつり

事務所の隣の関白神社の舞台を借りて、ダンスを習っている子どもたちが、練習成果を披露します。十一月十六日日曜日です。雨天の場合は、延期して翌週日曜です。手作り雑貨や、駄菓子屋、似顔絵や占いなど、テントがいくつも出ます。愛風は、こどもたちには無料・大人は500円でカレーを提供する予定。

未来のスターが混ざっているかもしません。ぜひ、応援にいらしてください。岩槻に住んで十一年になるというお母さんが主催で、第一回目を

T339-0076
岩槻区平林寺905-1
電話048-756-8640
Fax048-756-8644
NPO法人 愛風

2025年11月号
11月11日発行

開催する
ことになっ
たもので
す。コロナ

もあった
りして、大
勢が集ま
る地域の
会は、あち
こちでみ
られなく
なっていま
す。地域の
人も、こど



主催: iわづき子育て応援隊

もたちも、みんなが楽しめると
いいなど、主催者が考えて呼び
かけられたお祭りです。愛風だ
けでなく、平林寺自治会も協賛
しています。

これで、楽しい思いをした人が
いらっしゃれば、来年も開ける
かもしれません。どんなことを
しているのか、見るだけでも。ぜ

ひ、いらしてください。何せ、150人分のカレーを作るように依頼受けまして…お手伝い大歓迎です。当日、8:30 事務所に来ていただければ、助かります。よろしくお願ひいたします。

そうそう。愛風のカレーは、薪で釜を使ってご飯を炊く予定です。はたしてうまく炊けるか…こどもたちに体験してもらおうと思つてゐるのですが、ご飯失敗したら、カレー食べられませんから、責任重大です。

(愛風 有志一同)

やまぶきまつり

金することができました。ありがとうございました。

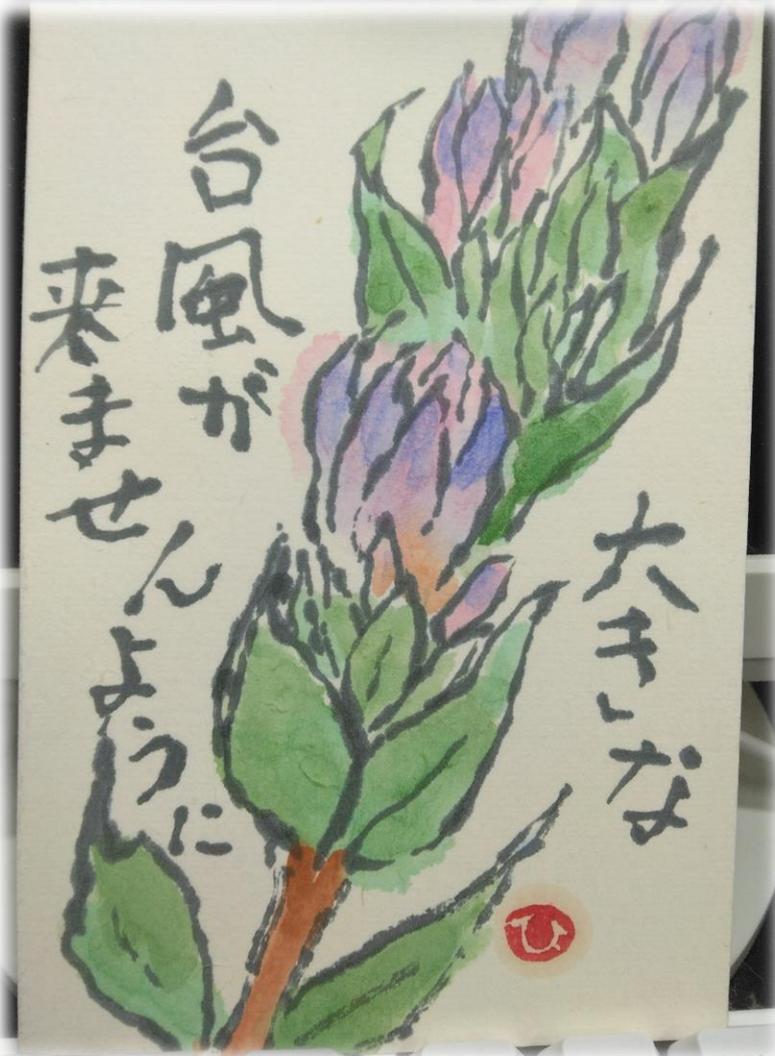
ございました。

高くなつたガソリン代、移送車両のメンテナンスなど、捻出できずに四苦八苦していました。

経費に、使わせていただきます。品物のご寄付、ありがとうございます。いつも食堂に使う光熱費なども、まかなえそうです。

人手は、昨年より多かつたように感じましたが、実際はどうだったのかしら？ 手編みの帽子やチョッキ、セーター、ネックウォーマーなど、化粧箱やポーチ、スプーンや食器、鞄や衣類な

去る十月十九日、天気予報は雨でしたが、時々、ぽつぽつ降雨したものの、ブルーシートに広げた品が濡れて困るほどではなく、無事、バザーを開催することができました。会員の皆様や利用者様より、ご寄付いただいた品々・少し残りましたが、大半は、買い手が付きました！ 45470 円を、皆様からの寄付として入



どなど…。まだまだ使えそうなもの、捨ててしまふのはもったいないです。古本も、以前読んでたけど、続きが知りたいと、まとめて購入された方も。

次の使い手に渡り、品物たちもうれしいのではないかと思います。売り子として有志参加くださった会員さん、応援に立ち寄ってくれた会員さん、どうもありがとうございました！

（愛風 事務局）

脳のくせ

方に変えさせることはできないと。そういうタイプの人が居るのだなど知り、受け入れていくしかないようにです。

脳にはくせがあるそうです。前腕と下腿には、二本の骨がありますが、それぞれに添つて神経が通っています。指先や足先を動かす時、その二本の神経に電気が通つてきて、動作が発現するわけです。一本の神経で動かせるならば、さほどの個人差は出ませんが、二本に分かれているゆえに、違いが出るのだそうです。

皆様も身近な人を思い浮かべてみてください。いつでも、前もって準備をして、約束の時間より早めに行動する人と、いつもぎりぎりで遅刻することも多い人。この差は、この手先足先の運動の癖がもたらす脳の癖なのだそうです。

ワイングラスを持つときに、指先に力を入れがちな人は、先端に力が集まりやすい癖があり、脳としても、前もって行動する信号が多く入るため、早めに行動することになりがち。逆に、手のひらに力が入る人は、立つときもかかとに重心がかかりがちで、スタートはのんびり、力をためてから、最後にジャンプするような、運動の癖があるそうです。そういう人の脳には、その運動が積み重ねられた信号が蓄積されていくわけで、ぎりぎり行動の脳になっていくのだと。

ですので、約束の時間があれば、30分前には到着しないと気が済まない旦那様と、5分で行けりんだから、5分前に出ればいいでしょと、ぎりぎりを選択する奥様の、行動を、それぞれの望む

自分が、力を矯めて最後に奮起するタイプだとわかつたならば、締め切りに遅れないようにするには、実際の締め切りより前の日を締め切り日と設定するなどの工夫が必要とのこと。脳のくせですから、直すのはむりであるようなので、その傾向を受け入れた上で、できる対策をしていくしかないようです。

お母さんが前もって行動するタイプで、お子さんが力を矯めるタイプだとすると、子育ての時、お母さんの心配は想像に難くありません。学校に行く時間は決まっているのに、なぜ、この子は、前日に教科書の準備をして、着替えを用意しておかないのでしょう？ 朝、シャンプーしたいのならば、10分早く起きなければならないのに、どうしてぎりぎりに起きて、慌てているのだろう…。これ、いくら注意しても治りません。脳のくせだからで

そうです…と書いたのは、私は、力を矯めるタイプだからです。締め切りがある…というところに全力集中する傾向で、余裕があるととりかかることすらできません。思えば、小学生の時から、通学班の班長のお姉さんには、いつも遅刻して、心配をかけていました。寝坊して送つてもらうこともたびたびあったような…。

それでも、私たちは人間です。そういう知識を得たならば、対策を講じることもできます。そういう脳のくせがあるので…、締め切りや起床時間をぎりぎりに設定するのではなく、少し前に倒して設定して、みなおし時間ができるくらいの余裕をもって完成できるように、対策をとるしかないかなと、思つてゐるところです。できるようになるまで、まだしばらく時間がかかりそうですが…。5分で行けるんだから、10分前に出れば、

皆様は、どちらの傾向が強いですか？

(しづか)

骨格や筋肉の質が、もつて生まれたもので、人の努力では変わらないように、それらの構造的特徴から、出てくる二股に分かれた末梢神経の伝達の差が、もたらす癖。先に先に行動したい人は、歩き方もせっかちで前のめりの傾向があるそうです。こういう人の脳は、先に先に、考え、今日の前にあることをする後のことまで、色々と想定し、それに対する対処法まで考えて行動しているそうです。

医師の本音

先日、社会福祉協議会で設けている医師への相談窓口を利用してまいりました。利用者様の中で何人か、介護保険を利用するに必要な主治医意見書を書いていたたく医師がみつからないという経験をしましたので、それについて、医師側ではどう思っているのか聞くためです。

岩槻区に勤務している医師ではありません。ですので、皆様が関わっている医師ではないとは思いますが、先生の方も、匿名性が確保されているという安心感でしょうか、本音を教えてくださいました。今現在現役で、診療をしている医師です。

まず、主治医意見書なるものは、本来、面倒くさいから書きたくないそうです。そりやそうですね、診療以外に多くの項目について、自分の診察の責任をもつて回をするわけですから…。でも、と先生言つてました。それは、患者さん側からすれば権利だから、書いてほしいと言つていいと。ただ、医師自身に言うのが言いにくい（露骨に嫌な顔をしてしまう対人技術の低い医師は、残念ながら多い）場合は、大きな病院ならば相談員（メディカルソーシャルワーカー）に、小さい診療所ならば看護師や受付事務の人には、依頼すればよい。とのこと。

現在は、医師の教育課程の中で、インフォームドコンセント（診療に際し、患者さん本人にわかりやすいように説明し、納得してもらつた上で

治療の同意をとる」と)が大切であると、教育されているはずです。ですが、先生曰く、「そんなのは、膨大な授業の中のほんのわずかな時間だから」と。ほとんど身につけずに、臨床医になつている人が多いとのことでした。むしろ、対人技術は低い人が多いでしょう。なので、大きな病院では、相談を専門とするソーシャルワーカーを配置しているわけですね…。

病院にかかる時、高齢の方の多くが、「先生におまかせ」とおっしゃいます。でも、時代が変わりました。医師は、診察の専門家ではあります。が、医師がおっしゃるように、対人技術はむしろ低い、未熟な御仁が多い職種だと思ってください。先生に、心の支えになつてもらえるという幻想は持たない方がいいです。先生の持つている知識や技術は、拝借しつつ、自分の心身の健康をどうしていくか、決めるのは、ご自分の責任で…が、今の時代に合つた、診療の受け方であると思つてください。

江戸時代には、赤ひげ先生と呼ばれる、精神的にも信頼でき、頼りがいのある医師が居たようです。今も、医は仁術であると、聖人君主のようすに、すばらしい診療をなさつてている医師もいらっしゃいます。けれども少ない。もし、心から信頼できる、自分の心身をお任せしても安心という医師に巡り合えているならば、その先生との関係は、大切にしてください。とても稀有なご縁です。

もう一つ。高齢になると、膝も痛いし、腰も、肩も首も痛い、かつお腹の調子も今一つだし、睡眠も浅くなつて、疲れが取れない…と、複数の不調個所を抱えるようになります。そうすると、素人だとどの科に行くのが正解なのかわからぬまま、あちこちの病院にかかることが多いです。毎週、どこかの病院に受診しているなんていう忙しい方もいらっしゃいます。

先生に聞いてみました。家庭医という制度がありますが、日本ではどのくらい機能しているのか。診療報酬の定め上、一回の診察で、足やお腹、風邪など、複数の不調を同時に診たとしても、診療点数が三倍になる仕組みではなく、一回としかカウントされないので、まとめ複数の疾患を診るのは、面倒くさいからやります。たくないの…。…そんなもんなんですよ、お医者様つて…。人間として皆様の方が格上です。仁を持って臨床している医師は貴重です。家庭医という制度は、病の入り口、その人の普段の健康状態を把握していく、どうもど…が不調だというときに、ど…が不調で、何科の専門医にかかるとそれが改善できるのかを、判断する役目を担う医師です。この家庭医は、患者さんを一人の人として把握することが必要だし、相談しやすい人間関係を築ける人でなければなりません。そういう医師が、日本はまだまだ少ないのです。もし、そういう医師に巡り合えているならば、その先生との信頼関係を大切にしてください。まだ巡り合えていないのでしたら、在宅診療の医師を紹介します。(ケアマネ)

柿の本のマシュマロ

私のオリジナルスイーツ「柿の本(もと)のマシュマロ」をご紹介しますと、読者より投稿いただいていました。実は昨年、柿の季節を過ぎてしまつたため、一年遅くなりましたが、ご紹介させていただきま



柿が美味しい季節になりました。人はそれぞれで、硬い柿が好きな方もいれば、中には熟した柿が大好きな方もいらっしゃいます。今回は熟した柿のスイーツです。

さて、熟した柿を手に入れるのが難題。樹になつた柿を毎日確認し、カラスに先を越されぬように、早起きして監視に

務めなければなりません。これほどまでして食べてみたいスイーツが出来上がりました。

ただし、このレシピに従えば、早起きしてカラスを監視する必要はありません。熟した柿は、冷凍庫で四日間冷凍したらできます。まだ硬い柿でもできます。四日後に自然解凍します。熟した柿のできあがりです。

次に、チーズソースを作ります。柿とチーズはよく合います。豆乳（または牛乳）とクリームチーズを、コップなどに入れ、まずは30秒電子レンジにかけます。ちょっととかき混ぜて、また30秒。これを繰り返します。サラサラだったら、もうちょっとチーズを足し、ドロドロすぎたら豆乳を少し足します。好みのソースの出来上がりです。

最後にマシュマロをトッピング。小さな器に、熟した柿、チーズソース、最後にマシュマロをトッピングしたら、「柿の本のマシュマロ」の出来上がりです。

あしひきの山どりの尾のしだり尾

（小野進さん令和六年秋投稿）

やさしい運転をモットーに 外出をお手伝いします!

つかさ介護タクシー

☎ 080-3455-5672

ご利用いただける方

公共交通機関での移動が困難な方
障害手帳をお持ちの方
要介護・要支援の方
歩行が困難な方
・軽自動車でスイスイ
・車椅子のままOK

ご利用料金

距離制 初乗運賃 480円 [1.12kmまで]
加算運賃 100円 [246m迄毎に]
※併用制(時速10km以下)1.5分迄毎に100円

時間制 初乗運賃 3,500円 [30分まで]
加算運賃 3,500円 [30分迄毎に]

※迎車料金 420円 [1回]
※深夜・早朝割増 2割増し [22時から5時まで]
※障害者割引 1割引き

※料金の一例【諫訪4丁目→丸山総合病院が3.5kmの場合】
… 逆車¥420+初乗(1.12km)¥480+加算(2.379km)¥1,000=¥1,900

関自旅第840号 許可

つかさ介護タクシー ☎ 080-3455-5672

〒339-0064 さいたま市岩槻区日の出町1-51

〒278-0014 千葉県野田市下三ケ尾637 株式会社 司 T7040001071674

愛風 理事の岡田氏が、介護タクシーの事業所をたちあげました。愛風でも福祉有償運送を実施していますが、有償ボランティアさんは、毎回みつかるとも限りません。それと、事前に予約をいただいて、準備時間をいただいての運営とさせていただいている。

介護タクシーは、時間が空いていれば、電話するとすぐ応じてもらえます。一般のタクシーの中では、低めの値段設定にしたそうです。愛風の福祉有償運送の予約が取れなかったとき、また急に思い立って使いたいと思われた時、こちらのご利用もご検討ください。

皆様の外出に使える選択肢が増えたということは喜ばしいと思っています。電話番号をご登録ください。
(愛風 理事会)

じゃんけんぽんつ

希望者が居なくなつて、寺子屋をしばらくお休みしていたのですが、十月に入つて、宿題をみてほしいお子さんがいらしたので、元教員だつた会員様に、指導をお願いいたしました。とても生徒思いの先生だつた方で、こどもたちも、集中して宿題に取り組んでいました。一人でやるより、皆でやつた方が、はかどります。勉強したい方は、一緒にどうぞ。十二月からは、男の先生に替わります。

11月は8と22日の開催。予約は、LINEか電話(くもう 090-4377-7607)で。



住み慣れた地域での 生活支援に取組んでいる

NPO法人愛風 を応援します！

店舗営業時間11~翌朝5時/日曜祝日11~翌朝3時 永楽食堂 ☎756-2498 出前配達時間 11~15時/17~21時 院長 アスレチックトレーナー 竹内貢 本宿444-19 竹内接骨院 ☎758-1345 毎週 月・火定休日。 おしゃれ床屋 はやし. ☎794-5675	仲町2-4-2/8:00~19:00営業 なちクリーニング 店 ☎751-7133 定休日:水曜 岩槻6209-2/カラオケ: 昼13~16時 千円(火・木・金は歌い放題) むげん ☎749-4621 定休日: 日曜と月曜 はり・きゅう・りはびり 出張・無料送迎あり。 治療院 すきっふ ☎048-711-9273 プラスチック金型設計製作 城町2-6-41
お好み焼き 一文 ☎756-5543 岩槻5477-2 定休日 月曜 扶桑工業株式会社 西原台2-1-143 お問い合わせ ☎048-757-6413 訪問理容・美容も致します。火曜休み 理容室 レオン ☎757-7750 皆様の毎日の一助を エアコン部品製造加工 藤原精密 ☎757-2799	中村金型製作所 ☎756-9188 火曜と第1・3日曜休み 西町4-1-25 ビューティーサロン レオ ☎758-0415 太田2-2-20 ほんまる歯科医院 0120-6480-78 9:30~21:00 定休日: 日曜 とわそりーぬ ☎756-4732 ベル・ジュバンスやってます (火曜・第3日曜定休)
-初心者、小・中学生指導します- 団碁サロン琥珀 ☎090-3210-4392 -電気のことなら何でもお見積り無料です。 ナカヨシ電器サービス (西町) ☎757-6561 鉄・包丁、砥ぎます。高品質・低価格めざします。 大平疊店 (本丸) ☎757-1496	タマ美容室 048-754-8834 照医堂はい 治療院 休院日 毎週日曜 予約制 ☎757-1200 渡辺幸夫 新車・中古車〇車検-代車無料もあり。 野澤自動車 (浮谷) ☎798-1003 木曜定休: やきとり早めのご注文を...。 肉のやまざき (本丸) ☎758-1424 毎週火・第2・第4月・第3日曜定休 ゆうき美容室 ☎757-8238

ルーちゃんのその後

わが身にしつかり住み着いてしまったルーちゃん(帯状疱疹のこと)。温泉につかたり、樂をさせてもらつたりで、すっかり影をひそめていたがに見えました。(赤みがなくなり、少しずつ普通の皮膚の色に戻りつつあった。)

しかし、ここにきて、急にかゆく…。これは、良くなる兆し、たいていこういうものはかゆくなると治ると、私は考えていましたので、安心して、指の腹で搔いていました。すると、昨夜あたりから赤味が増して来て、「我ここにあり!」と自己主張を始めた様。

眼鏡をかけてのぞいてみると、(エノキダケの株部分と私は勝手に思っている)株がしつかり、生気を取り戻して、「我々ここに陣地を定めたよ」と言わんばかりに、おのの頑張つて、赤くなっている。ポツンと小さいものから、大きめの株まで、大小様々。集落を作つてゐるようです。

暑かつた長い夏が、やっと終わり、涼しくて良い季節になりましたが(これが短い)、これルーちゃんにとつては、大敵! この朝夕の涼しい時には、ジンジンと痛むのです。これから冬に向けて、ホカロンの出番です。離せません。でも、痒さは、温めると一層かゆくなる気がします。さて、どうしたものか。

私とルーちゃんの防戦いつまで続くのでしょうか。

(富美子)



これは、キイロエ
ンゴサクです。

ママコノシリヌグイ

は、日向の溝によく
生えますが、エン
ゴサクは、日陰の湿
ったところに生えて
います。(し)



まほのまほの しりぬぐい

上の植物の名前です。ピンクがかった小さい花が集まつて、見た目はとてもかわいらしさです。ただ、摘もうとしてはいけません。この植物、茎にとげがありつしりついています!

紙が貴重だった時代、排泄後の尻の処理を、日本では、葉っぱや、縄などで行つていた・らしくですが、この植物で、お尻をぬぐつたら、とびあがるほど痛いはずです!

で、ついた名前が「まま」のしりぬぐい…。まま母にとつては、自分の血筋でないまま」は、にくくでしょうがないものだ・という共通見識があつた・ということでしょうか。植物の名前に取り入れられるほど。

可愛い花なんですがね…。

飾らない花

以前、大きなユリを、花瓶に生けていたのをみた教え子が、「え? ユリ、飾るんですか?」と不思議そうに聞いてきました。うん、きれいですよ?と答えると、おずおずと、「うちの方は、ユリは葬儀に使う花なので、飾らないんですね」とのこと。白い菊を棺に入れたり、祭壇の周りに飾ることはよくありますが、彼の地元では、白いユリも同じ扱いなのだそうです。

そういうえば、小学生の時、庭で採れた花などを持つて登校すると担任の先生が、花瓶に生けてくれたりしたので、たまに持つていきました。登校中、ヒガンバナが満開だったので、私はせつせと摘んで花束にして、意氣揚々と持つていきました。そうしたら先生、「これは…」と絶句。せつかく持つてきてくれたが、飾れないということを、なんとか伝えようと、苦労されていました。きれいな花なのに、なぜ飾れないのか、私は全く理解できず…。どうも、お彼岸に咲くといふことや、土葬されていた時代に、遺体を獣に荒らされないように、毒のあるヒガンバナを墓の周りに植えているところが多かつたため、死をイメージさせる花であるよう

でも、赤い小ぶりのハイビスカス、こちらの人は、飾りますね? あれは、沖縄ではヒガンバナと同じ扱いです。ところ変わればですか。(し)

自分の買い物で
誰かを幸せにするしくみ
毎月11日は
「いい日いい街イオンデー」
イオン浦和美園店
さいたま市緑区大門3710
048-812-6464

11日にイオン浦和美園店で買い物をした時のレシートを、愛風のボックスに投入をお願いします！皆様のお気持ちが、イオンから、愛風に還元されます。普段の運営に必要な備品等を入手する一助になっています。

飲むことにす
いたようで、
仕事は一日ばかり休んだだけ、だいぶ良くなっています。

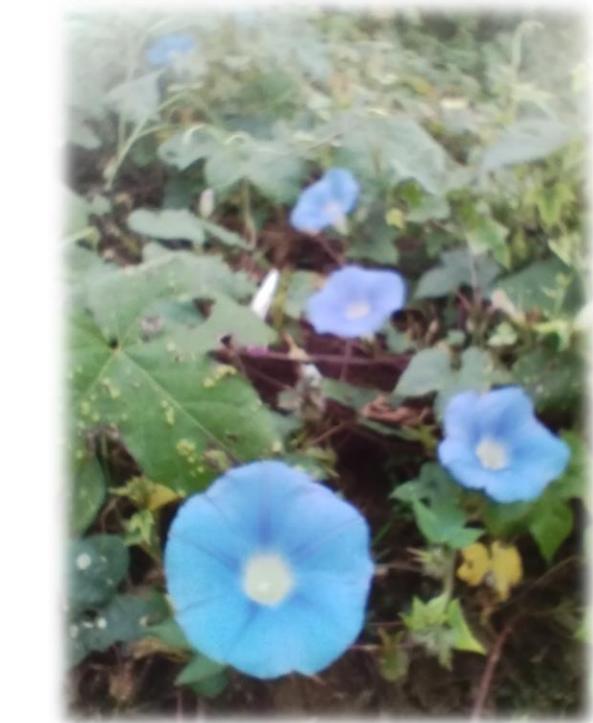
ビッコもひ

かなくてよい
し、杖なども
一々二日で要
らなくなつて

いる。入浴何日か我慢して、お風呂も入れるようになつた。この温めるは、良いらしく、曲がらない膝、少しずつ曲がるようになる。しかし、まだまだである。

右足（健康なので健ちゃん）が前に一方歩いたら、当然ついてくるはずの患ちゃん（左足。患側なので）がついてきていらない。オイオイオイ、カンちゃん何しての？ ちゃんとついて来てよ…。と思う間に、足はタタラを踏み、前のめり…。

みると、紙袋のヒモが引っ掛けたり、畠の中だと、朝顔のツルが引っかかっていたり…と、その時は大急ぎで、キンカンの樹の中に左手をつつこみ、枝につかり、転ばずに済んだが…。せつかちの私と付き合うのに、健ちゃんも患ちゃんも、手を焼いている…。でも元気ですよ！



編集後記

予定の前月25日に発行できず、今回も当月になってしまいました…。楽しみにしているよと声掛けいただけているので、申し訳なく…。

それでもなんとか発行できました。昔11月には、初霜があったような気がしますが、寒くはなったものの、まだ霜は早いような暖かさがありますね。上着を羽織るようになりますが、まだ手袋とマフラーはなくともしのげます。

私の自宅近辺のモミジは、今年は色が暗いです。寒暖差が不足なのだと思います。同じ樹の中で、緑の部分もあって、まだ紅葉です。今年だけかな?? (しづか)

園芸種の朝顔の種がこぼれたのでしょうか。放置されている空き地に、地面を這って繁殖している朝顔を撮りました。何度も種がこぼれて、半分野生に戻っているようで、園芸種より花が小さい。昼顔程度(4cmくらい)しか、大きさありません。でも、この空色、きれいですよね？