

あうんだより

デイサービスセンターあうん広報 / 令和5年7月

相談員 杉澤 琴美

7月に入り、北海道らしからぬ猛暑が続いていますね。暑さにはめっぽう強い利用者さんたち。熱中症に注意してこの夏を乗り切っていただきたいと思えます。

さて今号では、6月の初夏らしい2つのイベントの様子をご報告します。

たんぽぽ染め



雑草としては厄介な西洋タンポポ。この花を原料として有効活用して、映画『幸せの黄色いハンカチ』の名場面を再現してみました。

6月15日、この日の利用者さんは女性ばかり。皆さんの心の中に住んでいる高倉健さんを思い浮かべていただきながら、草木染め初挑戦です。

まずは大量のタンポポを鍋で煮て染料を作ります。初夏としては高めの気温だったこの日、鍋はグツグツ、熱気はムンムン。利用者さんは見たことのない鍋の中身に「何を煮ているの？」これだけでもかなり特殊な状況です。

皆さんには輪ゴムと小石を使って布巾を絞り、思い思いの模様を付けていただきます。絞りを入れた布巾を鍋に入れて更に煮込んでいくのですが、この時点では冴えない薄茶色の液体で、まだまだ草木染めの全容は見えてきません。これを色止めのミョウバン液に浸けると…あら不思議、淡い黄色に変化するのです。利用者さんからは「ははあ～」と感心の声。「染め物って、化学変化なんですよ！！」

そう話しながら、なんとか成功したことを心の中で安堵した瞬間でした。

乾かしてアイロンをかけた布巾は、翌週あうんの窓辺に飾られました。青空に揺らめく黄色い布巾たち。皆さんがつけた模様を見比べるのも楽しいですね。

さあ、皆さんの心の中の高倉健さんは帰ってきましたか？



あうん運動会



6月といえば？と利用者さんにお伺いすると、多くの方が「運動会！」とお答えになります。運動会エピソードは様々で、競技の中に算盤の計算があったとか、札幌まつりの日に合わせて開催されたとか、興味深いお話がたくさんあります。

さて、あうん運動会で何をするかと考へまして、ルールが明瞭で盛り上がるという点から、今年は玉入れを行うことにしました。6月19日からの1週間、曜日対抗で玉を全部入れ終わるまでのタイムを競いました。

玉に使用するのは紙を三角にまとめたおにぎり型50個。皆さんに「お弁当で～す」とお配りしたら、よーいドンの合図でおにぎりが宙に舞います。

普通の玉入れなら容易に感覚がつかめるところですが、紙製の三角にはなかなか苦戦を強いられました。

あまりに入らないので立ち上がって近づいて投げの方が続出！

1週間の競技の結果、金曜日が27秒で優勝！！週に2～3回利用してくださっている方がほとんどなので、皆さん経験を積むたびに要領よくなりました。そんなゆる～い感じも、あうんらしくて良かったかも！？



日々の食卓より



あうん畑は収穫期を迎えています。畑の恵み第1号はきゅうり。酢の物やサラダに大活躍です。この日は間引き人参のかき揚げも添えて。

畑からは毎日、小松菜、しろ菜、きゅうり、ズッキーニ、ナス…と毎日とれたてが食卓に上っています。「初物を食べると75日寿命が延びる！」と豪語したとき、利用者さんが一言。

「それじゃいつになっても死なないしょ」



塩だれチキン
間引き人参のかき揚げ
きゅうりの酢の物、ナポリタン

こぼれ話

あうん畑のニンニクの葉が、ある日気が付くと茶色い粉をまぶしたような、なんとも気持ちが悪い状態になっていました。調べると「さび病」のよう。泣く泣く6月下旬での収穫となりました。何かに挑戦するときには、いいことばかりではありません。失敗も多いです。それでも我々、利用者さんに失敗談を話して慰めてもらいながら次はもっとうまくやろうと意気込んでいます。

一緒に笑えれば、なんとかなるさ！

