

あうんだより デイサービスセンターあうん広報 / 令和8年1月号外

相談員 杉澤 琴美

この1月は、悔いなく締めくくれるよう活動をふんだんに盛り込みました。利用者さんへの感謝を込めて、大切に過ごした日々を振り返っていきます。

味噌づくり!!

今年もまた、育てた大豆で100%あうん産の味噌づくりを行いました。何かと不調だった昨年のあうん畑、収穫した大豆は2kg弱でした。3.2kgだった一昨年と比べるとかなり少ないですが、それでも出来高9.5kg、味噌汁600杯分もの味噌になる予定です。

やわらかく茹でた大豆を利用者さんの人数分に分けてジップロックに入れ、よく揉んで潰してもらいます。こうじと塩と混ぜ込んで、大きなおにぎりのように丸めて味噌樽に詰めていきます。空気を抜くために味噌玉を樽にバーン！と投げつけるのが一番の盛り上がりどころです。何でも力いっぱいやると自然と笑いが起きるもの。この日の利用者さんは味噌づくり初めての方ばかりなのですが、この時ばかりはまるでベテランのような迷いのない投球を見せてくれました。

あうんの活動は、かつて当たり前にやっていた習慣や家庭の仕事を追体験していただくことを目指しています。食生活に欠かせない味噌が、この身近でシンプルな材料（大豆、麹、塩）で出来ていることや、茹で大豆が腐ることなく熟成されて旨味に変わること、本当に不思議すごいことですね。我々スタッフもあうんに出会っていなければ体験することもなかったでしょう。

さて、今回仕込んだ味噌が食べられるようになるのは、10か月後。…10か月後です！！



いも団子・かぼちゃ団子!!

今まで色々なことをやってきましたが、一番多いのは何だろう？と考えると、いも団子とかぼちゃ団子かもしれない、と思います。実際そんなに多くはないかったかもしれません、利用者さんたちが確実に喜んでくれるので思い入れが深いのです。作る工程で関わることが多く、出来立てを味わうまで一連の流れの中で体験でき、戦中戦後の食糧難の中で命を繋いでくれたソウルフードもあります。



YouTube

こんな食べ物、他にありませんよね。

おやつの時間に合わせて利用者さんと一緒に手作りしました。アツアツなのでとっても美味しいです。初めて食べたと言う利用者さんが、「茹でて片栗粉混ぜて丸めて焼くんだね」と復唱していて、改めてそのシンプルさに驚かされました。

食事は栄養摂取だけでなく、生活の質を高めるための大変な要素です。「食べたい」と思う気持ちは元気の源。みんなで作って出来立てを食べ、エピソードを話したり思い出したりします。充実感が食欲を引き出して、ふだん小食な方がおかわりして召し上がることもあります。

あうんのいも団子とかぼちゃ団子は砂糖も塩も入らない素材そのものの味ですが、とっておきの調味料がひとつ。それは、“コミュニケーション”です。

YouTube



メモリーフォトパネル!!

現在あうんでは、14年の歴史を振り返る写真が、それはそれは豪華に掲示しています。写真を装飾しているのは、今年度ずっと力を注いできた制作物、「バースデーフォトパネル」です。本当はお誕生日イベントで映える写真を撮るための大道具だったのですが、写真のフレームとして活用の道を歩みました。あうんではこれまで、特に理由もないですがなんとなく写真を掲示してこなかつたのです。ですが実際に掲示してみると、もの凄くいいですね！！利用者たちが行事の写真を見て笑い合ったり、スタッフが昔の利用者さんを見て懐かしく思い出したり。利用者さんも変わりましたが、スタッフもかなり若い…。私たち、ここで生きてきたんだな、としみじみ思います。

こ
ぼ
れ
話



どんなに信念をもってしていることでも、伝わらなければ意味がない！我々はこの広報を通じて、あうんがどんなところかお伝えすることができていたでしょうか？感想をいただいたときは大変励みになりました。これまで読んでくださって本当にありがとうございます。

あうんだより、これにて完結です！！