

ゆめサロン

便り

平成 27 年 12 月 12

日 No300

吉賀町ゆめサロン

三百号になりました

皆様お元気ですか。

サロン便りをご覧いただき有り難うございます。



お蔭様で三百号を作らせていただけることになりました。新年になってから三百号を！と思つていましたが、そんなことはどうでもいいのですね。ここまで命をいただいたことを感謝いたします。これからもご覧いただけたら嬉しいです。



温かい十二月

中頃から寒くなるとか予報されていますが、今のところ暖かいので助かっています。窓の外を見ると真っ赤な楓があつたのに、二日間雨や

風があつたあと、今日外を見ると何もなく、枯れ木がたつており、名残惜しそくに数枚の紅い葉っぱが今にも落ちそうにひらひらしています。このまま暖かく冬が過ぎればいいと限りなく我儘を思う私です。

そんな中、かえり咲きというのでしようか、狂い咲きというのでしょうか、やぶ椿が一輪遠慮がちにさいておりました。得した気分で一輪挿しにいれてみました。

犬と猫

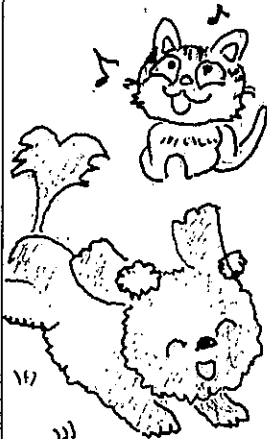


犬は素直で人に可愛がられて、猫は気まぐれで自分勝手、とよく言われますが、数日前テレビを見ていてそのわけがわかりました。

それは、犬は飼い始められて一万年ぐらい経っており、その間に人になつき易いように改良をかさねられてきて、かたや猫は一般の家で飼うようになってからまだ百五十年位しかたっていないそうです。源氏物語に猫の事が書いてあると娘が言いま

すので、宮中ではすでに飼われて居たのかもしれない。そんなことで猫は野生が残っているのだそうです。高いところに上がる、狭いところに入るなどは、野生の名残りだそうですね。私は両方飼った経験があり、どちらも可愛いですね。飼い主にしか見せない愛情表現がありますね。さあ皆さんはどっち派でしょうか。どちらにも個性があり、癒され、つくづく飼わせてもらつていると感謝するものです。猫は誤解されているといつていました。こうして書いていますと私の膝に猫が上がって、わたしの頬に猫パンチをくらわせてきました。

これ私も私にしか見せない愛情表現というのでしょうか。ちよつと失礼だとも思いますが、私の病後を癒してくれた大切なパートナーなのです。



お元氣と思えます。あるこもシニアですが元氣です。飼い主は猫のことをテレビで見てやたら感心していましたが、あるこは野生なんか残つていません。あるこは猫の着ぐるみを着た人間なのです。だから猫権ならぬ人権があるのです。飼い主に勝手なことを言われたくありません。

ところで、しばらく来なかつたたまおくんが今日久しぶりに来ました。玄関であおん、あおん、あおんと呼ぶのに飼い主は開けてくれません。たまおくんはあるこの事を猫と思つて呼んでくれるのですから会いたいです。飼い主こそ自分勝手できまぐれな奴だと思えます。でも夜に寝たら飼い主も可哀想です。手術してから、横向きに寝られないのでお尻に近い辺りに床ずれが出来たと言います。夜しか寝ないのに体重が酷いからでしょう。では又！

ペットのあめりか

皆様こんにちは



ゆめサロン

だより

平成 27 年 12 月 13 日
№ 301
吉賀町ゆめサロン

師走です

葉っぱを散らせて、
今年の役目を終えた木々が
ほっと一息つくように
明るい日の光を



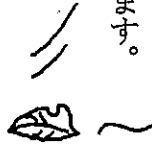
隅々まで届かせて居ます。

山茶花が

赤い花びらをはらはらと

地面いつばいにこぼしています
どこから来たのか

白い猫が花びらの上を
通り過ぎていきました。



お昼を告げるチャイムが流れて
います。

師走
静かです。



クッキング

簡単な

おやつ

暖かいといつても冬です。

本を読んでいる、何か食べたいなど
思われることはありませんか。

そんな時思い出すのが母が作ってく
れたふかしイモです。

サツマイモを洗いキッチンペーパー
にくるんで水で濡らして搾ります。

その上をタオルでくるんで電子レン
ジで三分！ しばらくして開けて

みるとふかしいもの出来上がりで
す。お好みのかたさにするには電子
レンジにかける時間をかえてみて下
さい。さあ召しあがれ。



えごま



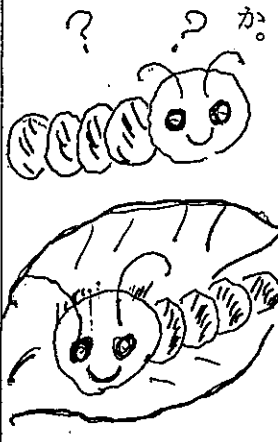
調べてみますと、もとは野生の植
物で紫蘇の種類だそうです。これの
油が認知症にいいということ、そ
れこそ必要と思いましたが品薄

でなかなか手に入りません。川本
町の特産とか・・・

そんな時えごまの種を戴き、夫
はそれを畑に撒きました。夏を過
ぎ秋になって背丈ほどもあるもの
に育ちました。やがて実の様なも
のが出来、それを収穫して蔵の中
に敷き詰めるように広げました。

やりかたなどわかりません。あと
でインターネットで調べると、枯
れてから取り入れるように書いて
あります。早く取り過ぎたが仕方
なく実をおとしてからを捨てるこ
とを、繰り返すうちに黒くて小さ
な粒が沢山採れました。体重計で

計ってもたいして重さはありません
。これをどうすればいいかが課
題です。来年は、家の周りはえごま
の森になりアゲハの幼虫が這い回
るのではないかとそれが心配です
何かいい方法がないものでしよう
か。



猫のあそびです。

皆様こんにちは
お元気ですか。



あるはこの頃テレビでスケート
を見るのが大好きで、じーっとみて
居ます。あるこは誰かが空中に放り
投げしてくれると真央ちゃんくらい
には出来ると思うのですが、あれは
自分では無理です。疲れると箱に入
って寝ています。この頃は、寝言を
いうらしく、飼い主がいちいちどう
したの？と起こすのがたまりませ
ん。そして咳とも、しゃっくりとも
つかないものが連続してするので
困ります。加湿器がそばにあるのが
いけないのでしょうか。では又



もつじきでしも終わります。
いいお年をお迎えください。



ゆめサロン

便り

平成 27 年 12 月 17 日
No.302
吉賀町ゆめサロン

冬が来ました。



暖冬と言ったのを反省するよ
うに思います。そんな日は手術あ
との古傷が痛みます。時は流れてあ
の日から九年が過ぎ去ろうとしてい
てます。元気をもらったという生き
ている証しの痛みかもしれません。
外は粉砂糖を振りかけた様な景色
です。皆様お変わりありませんか。



私はこのところ床ずれが出来て
お医者さんに診てもらおうこともで

きず、困りました。結局今それは、治
ったのですが、又次の悩みで困って
居ます。

私は、寝たきり生活どころか朝起
きたら、就寝までは寝る姿勢はとつ
て居ないので、手術を受けた胸
をかばって、天井を向いたまま朝ま
で寝がえりなどうたずに八時間位、
尾骶骨のあたりに重い体重をかけた
ままなのです。その結果褥瘡が出来
たと思うのは医学に素人のわたしの
浅はかな考えかもしれませんが。
そう思ったのは

私の大好きな奥さ
んに話したら、次
ような答えを戴いた
からです。

「床ずれと言うのは
体の衰弱した、
痩せて寝込んでいる
人になるのだ。
と思うよ。貴方
の様に肉の多い人は
ならんかと思つた。と
遠回しに否定して
下さいました。



頑固な私は、夫に診てもらいたく
ないので妹に見せました。そこで
妹は責任を感じたらしく、自分の
掛かりつけのお医者様に相談して
みたようです。

答えられたことは、診てみない
とわからない。と言われたけど、先
程の奥さんと同じようなことを言
われたとか・・・

その日から、寝方をかえること
にしました。横向きに寝るのです。
成程これだと褥瘡らしきものはい
たくありません。そしてすっかり
治りました。

ところが・・・
朝起きたら古傷が痛むのです。今
度は、この体重が古傷にのしかか
るらしいのです。仕方なく湿布を
胸全体に貼りその上にホツカイロ
をはって痛みが和らぐのを待つて
います。外は雪・・・痛いです。ベ
ットにマットレスを敷いて布団二
枚しいて涙ぐましい努力をしてい
ます。

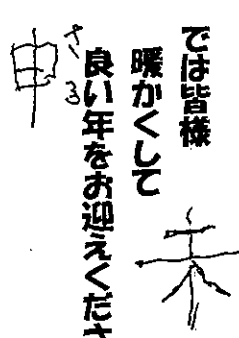


ペットの
あつたす。
こんにちは
冬が来ましたね。
皆様お元気のことと思います。



この寒さはあるこの老体には、閉
口です。そんなことで、飼い主のお
風呂番はやめています。飼い主のツ
レが新聞を読むのを邪魔してパン
チしたり、暖まりすぎると気分が悪
くなるのでフローリングの上に転
がって涼んだりして気ままに過ご
して居ます。キャットフードをあま
り食べません。飼い主がくれる焼き
鮭やブリ大根のぶりを少し貰って
飢えを凌いでいます。だけど朝だけ
は飼い主を起こす仕事を辞めませ
ん。飼い主はグーグー寝ておきなが
ら起きると痛い痛い騒いでいま
す。勝手な奴です。

では皆様
暖かくつ
良い年をお迎えください。
申

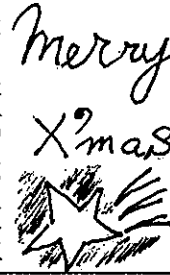


ゆめサロン

たより

平成 27 年 12 月 19 日 №303
吉賀町ゆめサロン

冬の日



消え残った雪が山茶花に、芝生に、庭の黒竹にへばりついて、時々屋根からバチバチと雪が落ちる。晴れでもない、雨でもない曇りでもない。何かいいことないかな？と思いつつ、ぼおくと外を眺めているとやわらかい日の光が差し込みました。皆様がお元気であることを祈ります。



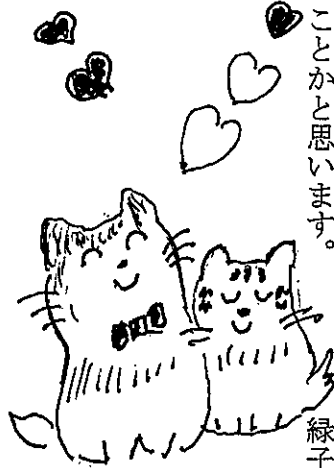
追憶

季節は違いますが昔、高校の頃に盲腸を手術して、やはりこんな気分になったことがあります。その時

手術跡の

癒えざるままに春暮れて

病舎のの屋根に落ちゆく太陽と、下手な短歌を作ったのを思い出します。私は今胸の古傷が痛みます。こんな体の弱い子供をもって親は可哀想だったなと思ひ、今は子供たちが可哀想だなと反省は尽きません。健康であることのなんと幸せであることかと思ひます。
緑子



クッキング

干し柿のてんぷら

岐阜の方でサロン便りをいつも見て応援して下さいました。皆様のご健康をお祈りしながら、サロン便りを作らせて頂いております。干し柿を半分は切って、中の種をだす。

この時中身が出ないようにして衣をつけてサツと揚げる。テレビより以上教えて頂きました。お試して下さい。

い。
有り難うございました。

やってみましょう。

またいいことがありましたら教えて下さい。



お詫び

十二月のサロンは会員の方の風邪や都合がつかないなどの連絡をたくさんの方が下さったため、お休みにさせて頂きました。でももしかして、よそから来られたりしたら悪いので責任を感じて時間になつたら保健センターの前に行つて待つていました。皆様のためにも来られませんでした。皆様のご健康をお祈りしながら、サロン便りを作らせて頂いております。したがって老止女さんのご寄稿もありません。次回をお楽しみになさして下さい。新年に元気で
お会い出来るように祈ります。

あーだす

猫なんです。



寒いですね。こんなに寒い日はどうしてお過ごしですか。

ある日はこんな日は運動しないで寝て過ごします。飼主は、ある日はこの頃食欲がないから運動しておいでというのですが、寒い日は出来るだけカロリーを使わず過ごす方がいいと思います。飼主は動かなくても、みかんを食べたり、おやつを食べたり、この前はツレと二人でご飯前にケーキを食べました。挙げ句の果てに、肥る体質だといって体調が悪いといいながら、三度のご飯は欠かしません。これでは肥るはず。寒くてもお風呂番はすることにして飼主を守ってやるのですが手がかりです。皆様お元気でいい年をお迎えください。



ゆめサロン

だより

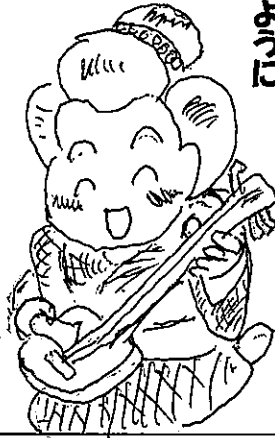
平成 28 年 1 月 4 日

No.304

吉賀町ゆめサロン

新年あけまして

おめでとつございます。みなさまにとつて素晴らしい年でありませう。



暖かい新年

皆様如何お過ごしですか。

今年は特に暖かく紅葉が残ったまま新年を迎えたかと思うと、もつくり大きなふきのとうが出て居たりお墓に行けばやぶ椿が咲いていたりします。新年のお花を生けるときの梅を採りに行けば綺麗に咲いていたりします。愛でもいい感謝する私です。



課題

みなさま



新しい年を如何お迎えになられたでしょうか。私は雪を想定して子供たちを年末に迎えて、早々と帰らせてしまったので、新年は、相変わらず、猫のあること、私のツレと電話とメールで自由気ままに過ごさせて貰いました。六日は私にとつて一年に一度の大イベントである精密検査の日です。さあ何と出るか・・・祈る様な気持ちです。九日は自動車教習所です。もうそんな年齢になりました。長い間ペーパードライバーだからエンジンのかけ方は・・・方向指示器は？ワイパーは？



お風呂が嫌い



私は言います。「あるこはへんくうだから。」

秋まではお客さんが来られるソファの部屋が大好きでいつも私たちを導いていたのです。それが今は大嫌いで、フギヤアーマで化け猫のようにないてにげます。もう一つ、私がお風呂に入るとき、「あるこチャブチャブさんに行こう」というとすぐにお風呂の前に座ってまっていたのに、暗くなつてからでないとお風呂番をしません。暗くなると、二時間でも私が行くのをお風呂の前で待ちます。あるこは人間の言葉を理解するといつて居た私ですが、撤回します。単なるへんくうでした。



あけまして

おめでとつ

あけましておめでとつございます。



今年もあるこの愚痴を聞いて下さい。この面倒な飼い主と共に歩んだ私は、ストレスもたまりません。

例えばお風呂は、新年だからといってたまおくんがくるような昼の時間に飼い主は入ります。決まった時間に入つてほしいです。ソファの部屋はヒーターをきかせすぎです。それにカラオケとやらで孫たちと賑やかすぎます。あるこは大きな音はきらいです。茶の間で箱に入つて、暑くなればパソコンの部屋のフローリングに寝そべって休みます。高齢の二人は部屋を暖め過ぎです。地球温暖化のことも考えるべきです。

では皆様お健やかにお過ごしください。



ゆめサロン

だより

平成 28 年 1 月 8 日

No.305

吉賀町ゆめサロン

お天気もよく

新しい年は過ぎていきます。お正月気分は抜けきらぬまま、もう早春の気配が漂いますがこれもいつまででしょうか。皆様お元気ですか。



脳ト



信頼する友達が言いました。脳トレにいいのは百引く七を計算するのがいいと。また高校の時から友達もメールでくれました。私は、それはいいことを習った。と思いやっているうちにもどかしくなり、なんで百引く七なんだ。百引く五がも

っと早く出来るのに、と勝手に変えて百引く五を早くやっていい気になっていたので。ただこれがいからいいというものではないですね。

考えることに意義があるというものでした。それを気付かせて下さった奥さんに感謝しながら、しどろもどろ計算をする私です。

難しい事は性に合わない大きっぱな私であることを気付かせられた脳トレでした。何でも気付けばいいのですね。

猫の味覚



猫のあることが全然餌を食べなくて私のお皿の魚を欲しがること一か月あまり・・・これでよく生きていますなあ、と思い、まあ好みが変わったのだらう、と娘の家の猫にやってくれと渡しました。ところが、若い猫である娘の家の猫も食べないのだそう、猫にも好みがあるのだらうと話しました。ある日娘からの電話で、

よく見ると、愛犬の餌と書いてあったというのです。それで食べなかったわけがわかりました。猫にも味覚があるのですね。安心しました。

私のバッグ



またやってしまいました。この前は空港に孫をつれて行って、草むらに財布の入ったバックを置いて、両手振って、歓声をあげ、そのまま遊んで帰路につき、一時間くらいいして娘にバックを探しに行ってもらいました。夫はまたかと言わんばかりになれた顔。いつも迷惑する家族です。「あつたよう(と)と明るい娘の声、こっちの人はいい人ばかりだね、と言います。人が少なかつたからだねと私。そういう問題ではないだらう。と思っているような夫でした。それにしても認知症が心配です。

また忘れるといけんからもっといい肩にかける鞆を買ってほしいと夫にいったのですが笑っているだけです。何を買っても同じじと思つたのでしよう。その後、認知症検査を受けましたが、大丈夫でした。この検査は信用できるものでしょうか。疑えばきりがないので信用して気楽に生きることを選ぶ私です。

お元気ですか。

皆様お元気ですか。



ところで、昨年はえらい災難でしたが皆様は信じて下さいますね、あるこは猫です。飼い主の娘と孫が気付いてくれなかつたら私は「好き嫌いないで食べなさい。」と行って又いつ、ドッグフードを食べさせられるかわかりません。そんなことであるこは飼い主のツレだけを信じることにします。宜しく!!



ゆめサロン

だより

平成 28 年 1 月 17 日
No.306
吉賀町ゆめサロン

定例会



二か月ぶりの定例会が終わりました。一度休むと億劫で気になりながら、ためらいがちな私はメンバーの方々に電話して、みました。皆さんお元気そうで、会を楽しみになさっているようでした。

そこで保健師さんに電話して風邪ははやっていませんか。予定通り会をしても大丈夫でしょうかと言うと、快く、行政からも参加するから大丈夫とおっしゃって下さいました。こうして二か月ぶりに今年最初のゆめサロン定例会を開くことが出来ました。



保健師さんからの伝達事項

今年度の仲間の会について
日時 三月十九日土曜日
十時から十二時

講師先生 岡山の竹内先生

日本で初めて点字ブロックを作られた方

団体発表 ゆめサロン

十分足らずの時間、例会ですしているように歌も取り入れてしたらどうだろうか。

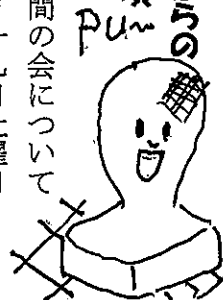
発表者 患者体験者でありながら今はお元気であるなどところで、活躍しておられるN先生にお願いすることに決定。

その他報告
いつものように経過報告をしたり思いや不安を話したり、歌ったりして時間いっぱい楽しめました。いつか学生さんが見学に来て下さる

その他報告

いつものように経過報告をしたり思いや不安を話したり、歌ったりして時間いっぱい楽しめました。いつか学生さんが見学に来て下さる

いつか学生さんが見学に来て下さる



た島根県看護協会さんから戴いたお茶を戴きながらあつという間の時間が過ぎました。学生さんがたの温かいご感想も頂きました。

三月のゆめサロンは

午前中の講演会を三月定例会にかえさせていただきます。

投稿
ゆめサロン老少女(おとめ)ひとりとあれこれ



近頃の新聞のショッピング商品の宣伝の派手なこと！特に赤いカニはすごいですね。

カニはカニでも、私のカニは「カニ十訓」です。

カニ人生十訓

- まず挨拶は ほがらかに
- おかげさまでと しとやかに
- 心はいつも おおらかに



あるのです。直しく

有り難うございました
こちらこそ直しくおねがいます。

- 気くばりかんじん こまやかに
- 人間関係 まろやかに
- ふるまう姿は たおやかに
- 夢と希望は たからかに
- ときには装い あでやかに
- いつも家庭を うららかに
- 若さいつまでも すこやかに
- 今年も よろしくおねがいします。

あるこは頼りない飼い主の思うがままの、ものを食べさせられながらなんとか命をつないで居ます。昨夜飼い主のワイングラスを覗いてみましたら、いい香りでした。「あるこのみたいのオ？」と聞いていたからそのうちくれることでしょう。今日は飼い主のツレがくれたおつまみのカレイで我慢です。

