

陽だまり

第23号

2011年12月26日

編集・発行

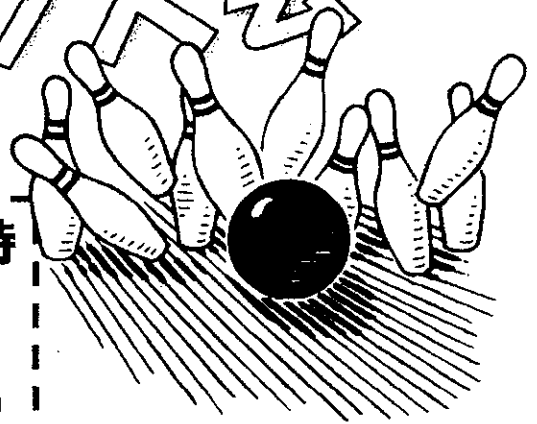
陽だまりの会 事務局

(松江 クローン病の

患者と家族を支える会)



～中村清志杯争奪 新春ボウリング大会～

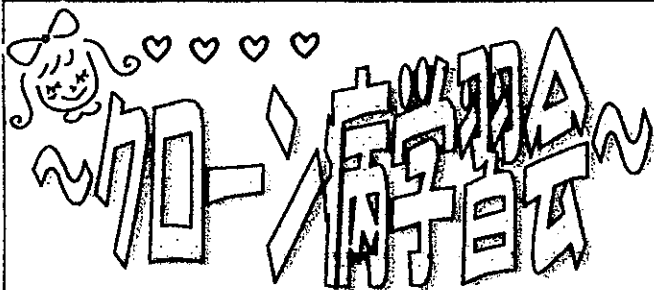


平成24年1月14日(土) 18～20時

会場：しんじ湖ボウル

参加費 大人1000円 子ども800円

2011年はあっという間でした。いろいろなことに陽だまりの会は挑戦しました。
2012年最初の陽だまりの会の例会は、ボウリング大会です。優勝者には、大きなトロフィーがあります。
新春の運だめしにいらっしゃいませんか？みんなで大きな声を出して応援し合い、おおいに笑いましょう。
多数の方のご参加をお待ちしています。



講師：兵庫医科大学病院 中村志郎先生

平成24年4月14日(土)

午後開催

会場：いきいきプラザ

学習会の前に平成24年度陽だまりの会総会を開催します。
先生にお聞きしたいことを、アンケート用紙に書いてFAXしてください。

～2月の例会のご案内～

日時 2月11日(土) 18時～20時

会場 松江ボランティアセンター

(松江市千鳥町)

内容 情報交換



～3月の例会のご案内～

日時 3月10日 18時～20時

会場 松江ボランティアセンター

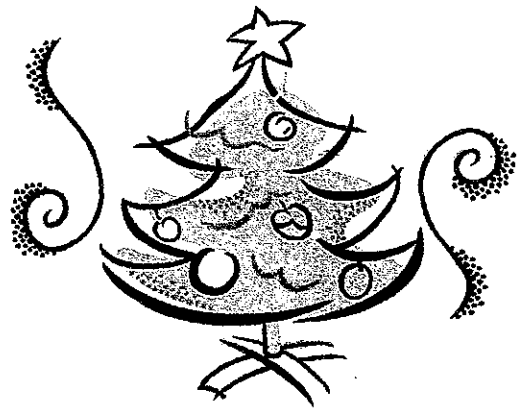
(松江市千鳥町)

内容 クローン病学習会について
平成23年度の活動まとめ
情報交換

「その時」

ヨウスケの学校からの連絡帳に「今日は今年の振り返りで、漢字1文字で表してもらいました。“友だちが増えた。たくさん話せるようになった。”ということで、「友」の文字を選ばれました。」と書かれていた。

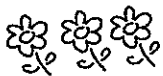
長かったなあ。孤独なヨウスケを見守る時間が。ヨウスケは「誰かが遊ぼうって電話くれないかな」と小学生の時から言い続けていた。「自分が電話をかけないと誰もかけてはくれないと思うけどね。そのうちに、かけてくれる友だちができるよ。」そう言ってその場をおさめてきたんだけど、本当にヨウスケに友だちができるか心配だった。ヨウスケはこの夏以降ぐんぐん表情が良くなって、大きな声で笑うようになった。クローン病も症状が落ち着いてとにかくお腹が減るらしい。先日の学校の面談でも、担任の先生が「まず体調が良いことが、ベースでしょうね。学校でも活発になりましたね。」と話された。習字の先生も「小さい頃から習字を習っている子どもさんの書く文字が、ある日突然大人の書きぶりにかかりますよ。ヨウちゃんも夏ごろにかかりましたね。」と言われる。自分の子どもが大人にかわるその時を見ることができて幸せだ。



2011年12月18日（景山裕子）

お気に入り

リアル



高校を中退し、自身の引き起こしたバイク事故により他人に一生残る傷を与えてしまった罪にさいなまれる野宮。車いすバスケットボールの有力選手でありながら、我が強くチームメイトと上手くいかずに一度チームを抜けた戸川。自尊心が強く、交通事故で下半身不随になったことを受け入れることのできない高橋。それぞれが向き合うREAL（現実）。現実には厳しいけれど話が進むにつれて気持ちが通い合う一瞬があり目が離せない。読み手の自分の欠点さえ許せる気がする。次の発刊が待ち遠しい。

井上雄彦著

集英社ヤングジャンプコミックス

11巻まで出版

(本体価格600円前後)

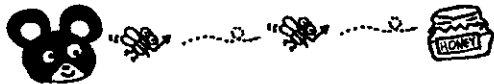
REAL

リアル





12月例会報告

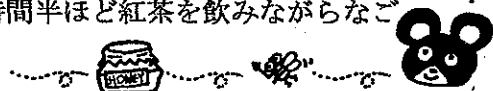


12月10日(土) 18時~20時 福祉センター ボランティアルーム 5名参加

- 1月14日(土)の中村清志杯争奪新春ボウリング大会について話し合いました。
*大人は、参加費1000円(靴代込)。練習時間5分ののち2ゲームを行い、トータルの成績で順位を競います。優勝者には、とてもりっぱなトロフィーがあります。
*賞品もあった方がいい、という意見もでたので考えたいと思います。
- CDのジャケット(案)が何種類かあったので、参加者でどれが良いか話し合いました。
- 中村志郎先生を招いての勉強会は、事前に先生に聞きたいことをアンケートで取ることになりました。
- 名和田先生の食事講習会は、5月6月7月のどれかの第二土曜日で調整しようということになりました。

初めてボランティアルームを利用しました。大机が6個あり、3つ集めて周りを囲んで座りました。アットホームな話しやすい雰囲気の部屋でした。

久しぶりにNさんが来られて、「マイク式のカラオケを持っているので、ぜひいつかみんなで歌いましょう。歌はいいものですよ。」と話され、また、クローン病はあまりかわりがないけれど、物忘れがひどくなったとも話されました。Kさんは、今年はたくさん資格を取り、福祉関係の指導者の資格も取ったので、みなさんに広めたいそうです。このように、みなさんで1時間半ほど紅茶を飲みながらごやかに話をしました。(H)



名和田先生の健康な人にもおすすめの食事療法レシピ②

~ツナピラフ~

1人前 エネルギー258kcal、たんぱく質7.5g、脂質0.8g

作り方

1. 米をとぐ。
2. たまねぎ、ピーマンは粗みじん切り(5mm程度)にする。
3. 固形コンソメを少量の湯でとかしておく。
4. 炊飯器の釜に米と③のスープ、まぐろ缶詰の汁を入れ、米の量に合わせて水加減する。
(水とスープと缶詰の汁を合わせて米の1.5倍)
5. ④にたまねぎ、ピーマン、まぐろ缶詰(身)を加えて炊飯する。
6. 炊き上がったら、全体に混ぜ合わせ、余分な水分をとばす。



ポイント

薄焼き卵で飾ると一寸ハイカラ

材料5人分(g)





精白米	325	2合
まぐろ缶詰水煮	100	
たまねぎ	100	
青ピーマン	15	
赤ピーマン	20	
黄ピーマン	20	
固形コンソメ	5	2個

ご飯の炊きあがり硬くて米にシンが残る時は、酒かワインを振りかけて混ぜ、もう一度炊飯スイッチを入れるとふっくらします。

くらげさんのプロフィール (17歳。男性。クロウン病歴3年1か月。M養護学校高等部2年。)

聞き手 たこさん (くらげさんの母)

<p>★12月4日 (日)</p> <p>友達が誘ってくれたので11時からカラオケに行った。友達と行くのは初めてだ。次から次から曲を予約してご飯を食べる間も惜しんで歌った。みんな同じ曲は一つもなくてびっくりした。途中、携帯電話の赤外線通信で番号を交換し合った。僕の携帯に3人の友達の番号が入った。なんだかすごくうれしかった。僕は歌が尽きたので3時で抜けて帰った。あとの3人は5時まで歌うのだそう。母が迎えに来て、「先に帰るって言えたところがすごいね。」とほめた。</p>	<p>★12月7日 (水)</p> <p>今日は生徒会役員の選挙の日だった。今年は、僕のクラス6人全員で立候補した。ポスターも作って貼ったり、演説も考えて練習した。小学部から高等部まで全員が聴きにきていた。S君は、演説の後お辞儀をする時に、マイクに頭をぶつけるというギャグもバッチリ決めた。信任投票の結果は、全員信任だった。だるまの絵に目を入れた。</p> 	<p>★12月8日 (木)</p> <p>スクールバスで学校見学に行った。まず島根歯科技術専門学校へ行った。お昼は、島大の学食でランチ。僕は焼豚ラーメンを食べた。まあまあだった。午後は、出雲コンピュータ専門学校へ行った。おもしろそうだった。進路はどうやって決めようか悩むなあ。</p> 
<p>★12月10日 (土)</p> <p>今日は、午前中みことFCの活動日だった。最初は身体をほぐすサーキットだった。9月の時よりだいぶうまくなってきた。明日金城でフットサルの大会があるので、先生チームと高校生以上のチームで試合をした。すごいスピードで駆けまわったら熱くなった。予約していたゲームソフトが発売された。うれしい。夜は、陽だまりの会。初めて福祉センターのボランティアルームが会場だった。こじんまりして話しやすかった。</p>	<p>★12月11日 (日)</p> <p>昨日買ったゲームを持ってM君といっしょにK君の家に行った。3人で夕方までゲームしまくった。こたつの部屋で遊ばせてもらった。暖かかった。ゲームは手ごわくてハンターランクがなかなか上がらなかった。また来週も3人で協力してランクを上げることにした。</p> 	<p>★12月17日 (土)</p> <p>朝、母が起きたのは12時半だった。僕はお腹が減ってすごくいらついているのに、腰が痛いと言っているのろろとしている。「はま寿司」へ行けることになってようやくいらつきが治まったが、満員ではないかと思うとハラハラだった。20人くらいお客さんが待っていた。順番が来ると、僕はとろびんちようを4皿頼んでおいて、水を取りに行った。どんどん注文しては食べて、仕上げはコーヒーとこしあんの3色団子だ。お腹の調子がいいから、たくさん食べられるしおいしかった。</p>

まねきねこ

HさんからCDのサンプルができたと言った。

どんなふうになったのかなと楽しみにして受け取りに行くと、この世にこんなかわいものがあるのだからかと思えるほど、ジャケットがかわいい仕上がりがりだった。

さっそく帰りの車でCDを聴いてみた。メロディが踊りながらスピーカーから飛び出してくる。気持ち弾んでくる。この間、Tさんが「患者会に、会の歌があったり、CDを作っているところは、聞いたことがないよ。すごいよね。」と言っていたがホントにそうだ。

きつとたくさんさんの人の温かい思いが形になったからだろう。うれしいのになぜか涙がでてきた。

ばんばん

