

畑日記

中江 聡

梅雨明け前から、厳しい暑さが続いた7月。メンバーも職員もこまめな水分補給や休憩を取りながら、畑での作業を行いました。この日もとても暑かったですが、メンバーの皆さんは、力仕事を頑張ってくれました。まずは、腐葉土作りです。これは、池田さん、幸坂さん、大久保さんが行ってくれました。発酵を進める為に、すでに山になっている腐葉土を崩して、水と又力を加えながら、再び山にしていけます。普段なら、半日もかからないこの作業ですが、熱中症に気を付けながら、1日かけて作業を行いました。私も一緒に作業を行いましたが、作業を終えた時の達成感は、普段以上でした。次に腐葉土ふるいです。今回は、公園の花壇手入れで使う為に腐葉土をふるい機にかけ、土のう袋に入れていきます。これは、越前屋さんと清水さんが行ってくれました。こちらの2人もたくさんの汗をかきながら、一生懸命行ってくれました。



2人でふるい機に腐葉土を入れた後は、越前屋さんが袋の口を開けて持ち、清水さんがその中に腐葉土を入れる等、役割分担をしながら、作業を行ってくれました。先程お伝えした花壇手入れでは、花の植え込みもある為、その準備も行いました。田沢さん、藤牧さんが行ってくれました。普段よりも多くの数をケース内に入れる為、花の扱いが難しくなるのですが、2人とも花を傷つける事なく、何ケース分もの花集めを行ってくれました。花壇の植え込みの為に花が出荷されると、その分ビニールハウスの棚にスペースが出来ます。そのスペースには、日々大きくなっていく花たちがたくさんの陽を浴びて、伸び伸びできるように並べていきます。青木さんはニチニチソウ、アングロニア、ジニアを、奥さんはブルーサルビア、インパチェンス、コリウスを並べてくれました。花によって、並べる数や列が異なりますが、2人ともお願いした通りに行ってくれました。また、棚に並べた花の肥料が少なくなってきたり、植え替えて数日経ったりしたものには、肥料を入れていきます。これは、久保さん、松村さんが行ってくれました。こちら花によって、肥料の種類や量が違うのですが、2人は正確に作業を行ってくれるのに加え、ポット内に雑草や花ガラが落ちていた時には、取り除いてくれるので、助かります。そして最後に植え替えですが、早いもので次のシーズンの花の植え替えやポット上げを行っています。池田さんが、観賞用トウガラシの植え替えを行ってくれました。「暑いね～」とは、言うもののいつも通りクールな感じでした。「トウガラシね。はい」と言いながら、正確に植え替えを行ってくれました。まだまだ暑い日が続きますが、畑での作業を頑張り過ぎずに進めて行きましょう。



あしの家だより



【西新井ホーム】

石井 路代

連日うんざりする暑さが続いています。メンバーは、その暑さの中、仕事を頑張っています。さて、今月は3年ぶりのハイキングに行く事が出来ました。標高 1,200mの高原地帯、日光の霧降高原に行きました。参加したメンバーから、とても楽しかった話や、お弁当の話をして頂きました。明久さんは、からあげ弁当に午後の紅茶、勝さんは同じく、から揚げ弁当に、コーヒー、レストハウスでバニラアイスも食べたそうです。中原さんも初めてハイキングに参加しました。ニコニコしながら、楽しかったと話されました。奥さんは自宅へ帰省して床屋に行き、中旬のお休み中に、お兄さんの運転で、日光の戦場ヶ原へドライブした事も話してくれました。本当に仲の良い兄弟ですね。)^(



服部さんは 17日の海の日に、ご両親と海に行った事を、帰ホーム早々に話してくれました。背中が少し焼けていました(—_—)!! まだ夏が始まったばかりですが、猛暑、酷暑・・・メンバーもスタッフも、体調を崩さない様、生活リズムを整えて行きましょうね!

【西伊興ホーム】

佐久間 直子

梅雨入りしてからほとんど雨が降る事なく、連日真夏日が続いており、気温も35度越えの日が多く、身体が追いつかないですね。メンバーさんはホームで水分補給をしてから、出発して頂いています。日焼け止めクリームを塗るのも皆さんずいぶん慣れて、女性は日傘をさして通勤しています。土曜日・日曜日の休みの時、安部さん、増田さんはお出掛けして買い物をしてきました。スクラッチアートやお友達へのプレゼント、安部さんはお姉さんに送るプレゼントも買ってきました。ユーホーキャッチャーに挑戦したようですが、何も取れず残念!でも、とても楽しんで来たようです。田沢さんは、ヘルパーさんとお出かけをしてイベントに参加してきたようです。4年ぶりに開催された足立の花火大会、世話人と女子3人とショートステイを利用していた斉藤さんも一緒に、ホームすぐ近くの舎人公園から見たようです。「綺麗だったよ」嬉しそうに話してくれました。松本さんも「家族で土手まで行って見たよ、とっても綺麗だったよ」話してくれました。青木さんも自宅のベランダから見たようです。花田さんも、見ましたと話してくれました。皆さん色々な場所から、花火を見ていたのですね(^)夏休みホームで過ごす女子は、お出かけをする計画を世話人と一緒に考えて、外出届嬉しそうに書いて準備をしています。コロナ感染の不安もないわけではないですが、自分達で行ける所、行きたい所を考えて夏休みを楽しんで欲しいと思います。体調を崩さないよう食事、睡眠、水分補給がとても大事な時だと思います。お部屋の温度管理にも気を付けて、頑張って暑い日々を乗り越えていきたいと思っています。



カルチャー教室 今後の予定

さをり	8月はお休みです。	9月 2日・16日	
陶芸	8月19日・26日	習字	8月23日・30日
水彩画	8月はお休みです。	9月 8日・22日	

一面のニッコウキスゲ！霧降高原！！

7月2日、霧降高原。3年半ぶりのハイキングです。遠出が最大の楽しみである桑原さんの「ハイキング行けるね」「霧降高原は東北道ですか？」といった言葉遊びに力が入るのも仕方がない。企画するこちらでも我慢していたのですが、納得のもと決める自粛と、受け入れるしかない参加者の我慢は違います。他粛とでも言ったものか。喜びもひとしおでしょう。



さて、行き先には大分頭を悩ませました。理由はもちろん落ちたであろう体力で、単純に考えれば低い山から再開します。池田さんは雑誌を参考に標高差 100 メートルくらいの低山や、溪流沿いなどの散策路を何か所もたずねていましたが、ほとんど景色や道のりが物足りないという感想ばかりでした。葦の会は運動目的ではなく、あくまでレジャーとして山に登りたい。障がい者でも五感で感じてしまう、展望、紅葉、普段と違うお弁当、そんなわかりやすい非日常が

ほしいのです。そうして迷った末に霧降高原に決まりました。ちょっと階段が多いですが、展望や花は下の方でも楽しめるし、標高 1200mは梅雨時の避暑に気持ちが良いし。なにより、有名な 26 万株のニッコウキスゲを見てみたい。(ユリに似たオレンジ色の花を咲かせる植物です)

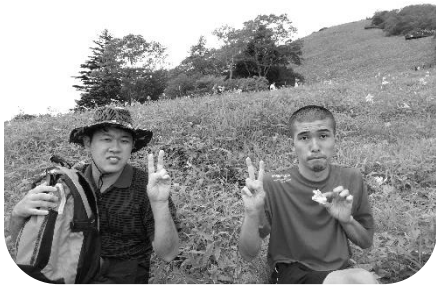
というわけで当日、天候に恵まれ日光駅周辺までは青空が見えました。道の駅で休憩がてらお弁当を調達。ちょうど人気の湯葉おにぎりが並べられて大勢が手に取りました。ご当地メニューを味わうのも遠出の楽しみ。2番人気はなぜかのカツサンド。確かにおいしそうだったけど珍しい展開。目的地まではあとちょっと。高度が上がるにつれて名前の通りに霧がかかってきました、まあ、花は 10 メートルも視界があれば見えるでしょう。

10 時過ぎの駐車場はすでに大混雑、それをすぐに納得できる、ニッコウキスゲはまさに最盛期。斜面の上から下までそこら中のオレンジ色。心地良い湿度の空気。例によって葦の会のみみんなは花に興味を示さず、トイレはどこかが気になって喜びを分かち合えませんでした。みなさんも霧降高原に行かれる際は、7月2日おすすです。駐車場すぐにレストハウスがあって、事前に常連参加者さんのグループから、70代は登るけど、80代はここに残るとのお話をうかがっていました。他の人も、もしもの時はここに集まろうと話して出発です。



霧降高原の主なエリアは名前の印象とは違って斜面で、そこに高低差 240 メートル 1445 段の階段が設置されています。これだけ聞くと、とんでもなく辛そうですが、歩きやすい登山道やスラローム状の遊歩道もあります。登山道から山の中腹に出て満開のニッコウキスゲに囲まれたときは、みんなとてもうれしそうでした。斜面の道や階段は視界を遮る樹がないので、眺めで標高の変化がつぶさに感じられる面白い場所です。

全体の半分をすぎると遊歩道はなくなって、600 段ほどは階段を上ります。以前と変わらず先頭の方を歩く斉藤さんや鄭さんとスタスタ進みます。いつも思うけど、少しは景色を見てほしい。50代の面々は疲れを見せながらも頑張っています。松本さんは階段が終わった達成感か解放感か、満面の笑みで展望台に向かっていきました。自分の足でたどり着いた絶景は違いますね。一方、残念ながら階段途中でリタイアする参加者が数名出ました。それまでは問題なさそうに歩いていたの



に、ペースが早かったか？易しい山にすべきだったか？と悔やまれ、折しも濃くなった雲のように、昼食のムードは暗くなってしまいました。下山してからみなさんに具合を聞くと、気遣いもあるとは思いますが体が辛いと訴える人はなく、景色やアイスやお喋りで楽しんだ、上がれなかったのは残念だけど来られただけでありがたいと、霧降高原に来たこと自体は肯定的な様子でした。

そんな話を振り返ると、次回は階段が少ない場所を探そうと思いましたが、やはり手軽でもなるべく本格的な場所へ行きたい。また階段を少し登るように、少し頑張れば一層の楽しみが味わえるなら、出来る範囲は頑張ってもらおう、と初心に立ち返りました。今回初参加の障がいがある人がいました。（またのご参加お待ちしております。）このハイキングは誰でも参加できるので、次回は階段 600 段ありませんので、興味のある方はぜひお問合せください。

（檜崎）



このまちに生きる

第14回 —障がい者施設地域交流展示会—

足立区内の社会福祉法人「あしなみ」「あだちの里」「はなさく福祉会」「リード・エー」の4法人合同で地域交流展示会を毎年開催しています。コロナ禍での開催時は、体験コーナーを設けることができずでしたが、今回から復活します。夏休み中ですので、たくさんの方々に見ていただくと嬉しいです。下記の日程で、夫々の法人の日ごろの地域での活動・施設での活動を紹介します。より多くの方々に私達の活動を知っていただき、障がいがある方々への理解を深めて頂けることを願っています。会場にはご案内をする職員がいますので、お声かけ頂けると嬉しいです。とても暑い時期ではありますがぜひ会場にお越しください。お待ちしております。

開催期間:2023年8月22日(火)~8月25日(金)

会場:足立区役所中央館1階 アトリウム

体験コーナー：ぜひご参加ください

	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
10:00~ 12:00	さをり織り		クラフトバンド	さをり織り
13:00~ 15:00	缶バッチ くるみボタン		クラフトバンド	さをり織り

作業所日記

吉井 祐気

7月になり梅雨の間も、真夏の暑さが続きました。7月には大きなイベントはなく、いつものように内職やスーパーでの花売り、公園清掃などだけで1ヶ月がまたたく間に過ぎたという感じでした。梅雨の時期は雨が降ってばかりでいやだと毎年のように思っていました。これほど暑い日が続くと少くらい雨が降って涼しくなってほしいものだと思います。

7月前半は内職がどの会社も少なく、することがなくなってしまったので花壇の手入れや公園掃除など外の仕事にみんなで行っていました。後半には検尿の袋詰めやバッチを入れる小箱折り、そしてタオルを広げて重ねる作業など、急にたくさんの仕事がきました。常に3種類ぐらひはあるので締切日に向けて毎日忙しくしています。7月の後半には梅雨



明けして毎日酷暑というような暑さで、畑の水やりは乾きが早いので時間がかかります。中での作業は暑さをしのぐことはできますが、畑の作業はそうもいきません。畑の仕事が多い時期でもないので、暑さが厳しい日は半日だけ畑で、残りの半日は内職をするようになりまし。私も以前、暑い中トラックの荷台で積み下ろしの作業をしていたら頭痛がして、その後に吐き気がしたことがありました。すぐにこれは熱中症だと思いました。幸いにも症状は軽くて済みましたが、それ以降は塩分と水分補給をよくするようにしました。熱中症はニュースで毎日のように耳にします、自分がかからないだろうと思わずに水分補給をして、外でも日陰を歩くなど自分の身を守ることが大事だ



と思いました。

公園清掃では暑い中で遊ぶ子供の数が少なく、ゴミ拾いや草取りをしています。自転車清掃では今月は合計26台と先月よりも多少多くありました。昔は外でやっていた自転車の清掃作業を、今では作業所の土間にて3、4人でやっています。夏の暑い日や冬の寒い日には室内での作業はありがたいです。7月があっという間に過ぎて8月もこのような暑さが続くのかと思うと疲れが増します。暑さは人間を疲れさせるものだと感じています。

しかし私は夏が嫌いなわけではありません。夏は小さい頃に田舎に行って海で泳いだり、盆踊りをしたりして一年で最も楽しみにしていた季節でした。あまり泳がなくなりましたが、今でも夏は好きな季節です。コロナ禍の規制もなくなり足立の花火大会も3年ぶりに復活して夏らしくなってきました。花火大会の土曜日は私は作業所で仕事でしたが、尾久橋通りを通過して帰る際に、浴衣を着て花火大会を見に行く人や家族連れの人で少し道が混んでいました。帰宅後は自宅の2階のバルコで花火を見ました。それほどよくは見えませんが花火を見て夏らしさを感じました。

8月にはお盆休みがありますが、沖縄県で流行するなど、どこでコロナが増えるかわからないので、今までどおりにマスクの着用、手洗いなどを毎日しています。お盆の休みにも風邪などひかないように注意したいと思います。皆さんも暑さに負けずに、うがい、手洗いをして健康に注意して夏の暑さを乗りきりましょう。

< 花売り情報 >

8月 3日(木)・23日(水) 竹ノ塚センター

8月 9日(水) ビッグ・エー花畑店

8月10日(木) ベルクス南花畑店

8月16日(水) ビッグ・エー南花畑店

8月17日(木) ベルクス古千谷店

奥君日記より (2023年 7月)



- 3日 この頃思う事は、朝「元気体操」をやるとその後には何をしたらよいのか分からないという事だ。キチンと朝礼で話を聞かなくては駄目。
- 4日 午前の水彩は「ケイトウとトウモロコシを描いた。」自分では良いと思っても、大川さんには「色が薄すぎるメリハリがない」と言われて、結局は直されてしまう。
- 5日 今日のいきいき音楽は「ジブリシリーズ、トトロの歌」などを歌った。皆知っている名曲なので大きな声で歌って欲しいものだ。午後はスポーツセンターへ体を動かすに行く。今日は今井さんが早退したので、秀島さんと明久君と一緒にいく。最後の運動の「テニス」は皆が出来る様に考えてくれたもの。とても楽しかった！と村田さんと俺だった。いつも教えてくれる先生達に「サイン」を書いてもらった。帰って来て内職は、ファイルを作る。
- 6日 今日は午前、畑の仕事。午後は給食当番をやる。その後1階でファイルの仕事をする。ファイルの仕事は考えてみると、2階でも出来るのだが、俺は箱作りをしていた1階の仕事場でするのが何だか好きだ。
- 7日 さて七夕の今日は、外仕事が沢山だ「畑班・北療班・セブン班等」俺は午前、畑。午後は給食当番の後、畑で植え替えの仕事が待っていた。観賞用のトウガラシを白井さんとやった。畑ではせみの鳴き声が聞ける、本当にもう夏全開で今日は猛暑日になった様だ。
- 10日 今日の畑は草取り組と土振るい組そして、明日公園へ植え込みに行く花を集め組。
- 11日 午後より、北鹿浜公園に花の植え込みに行く。1日畑や公園の人は、猛暑の中がんばっていた。北鹿浜組も植えたら直ぐに水をやる位に大変だった。久保・俺・桑原・花田君で公園に植えた花にジョウロで沢山水をまいた。
- 12日 午前は畑でマリーゴールドの植え替えの仕事。午後は作業場にて和也君・仁君・俺・本多さんと、木根さんと5人で元気体操をやる。
- 13日 今日は内堀さんとベルクス南花畑へ花売りに出掛けた、今日の俺声が出ていた様だ。午前はそれほどでも無かったが、お昼過ぎから内堀マジックでいつもと同じに売れた、良かったと思う今日だ、また今度一緒に売りたいものだ。
- 18日 朝より自転車掃除が始まった。今日より始まった自転車は4台で、今井・白井・俺・越前屋さん吉井さんの5人だった。何か月曜日みたいな火曜日で、水彩あり。大川先生が持ってきた枝豆・バナナ・じゃがいも・ミカンを書くが、うまくいかない。
- 20日 さて本日は、地元足立の花火大会だ。梅島より荒川まで物凄い人の数だった。そして俺は、野球を見ながらだったのだが、荒川の花火よりも神宮球場で上がった花火の方が、大きく綺麗に見えた気がした。でも外に出なくて家の3階からは窓を開ければ花火が見えるという事が分かった。

編集後記

連日の酷暑、皆様お元気にお過ごしですか？ 作業所メンバーは、おかげさまで、元気に過ごしています(*^_^*) さて、今回は本を紹介します。「世界で最後の花」(ジェームズ・サーバー著・村上春樹訳)です。第二次世界大戦直前に書かれた本ですが、世界では今現在も戦争が続いており、終わりが見えてこない現実があります。誰も戦争で命を 生活を奪われたくはない、失くしたくはないのに起きてしまう世界に生きる私たちに、「平和」への願いを託された本です。絵のついた寓話と題して、数分で読めます。あと2冊、様々な生きづらさを抱える方たちを支援している人向けですが『「助けて」が言えない SOS を出さない人に支援者は何が出来るか』(松本俊彦編) 『「助けて」が言えない 子ども編』(松本俊彦著)です。自分の日々の振り返りと今後にとっても参考になりました。~酷暑の中の夏休み、皆様元気に楽しくお過ごしください(^_-)-☆(池田)