

# ケアガーデンだより

医療法人蘭和会 第240号平成31年2月8日発行 介護老人保健施設ケアガーデン津山



津山市河辺 332-1

TEL 0868-21-7711

## 懐かしい冬の暮らし



11月位から雪が降り、解けきらんうちにまた積もって。今は大通りは除雪車が早いこと雪を掻くけど、前は夜明け前から近所の人触れ回って、男も女もスコップや手作りの竹箒を持って掻きよりました。そうせにゃ子供も学校に行けれんし、勤めに出るもんも車が出ると困るから。子供らも高校になったら下宿。雪が積もったり土が硬うなったら大根やこうでも抜けんから、冬のじょうに食べる分だけ抜いて、横に並べて土を掛け、いる時だけ使いよった。大根と白菜は11月～12月に漬もん。「切り漬け」は早い内から食べれるし、1本漬けた物はその後から食べよった。春になってきたら漬けもんもいけんようになるから、炊いておかずにしよった。

餅も、よう昔は食べよったけん家族皆で1斗でもつきよった。籾機（むしろばた）で打った新しいムシロに丸餅を並べて。こおり餅は編んだ藁で天井から吊るして干して…田んぼに持っていくおやつにしよった。焼いても揚げてても美味しいで。

山ん中の家じゃけん、冬は日当たりが悪うて、洗濯物も陽の当たるとこ当たるとこへ、竿ごとアッチヘコッチヘ…それでも1日じゃ乾かんかった。今と違うて家事でも百姓でも機械もないし、自分らで出来る事はみなしよった。稲刈り後の藁も、今頃は機械が刈ると同時に小そうして田んぼに撒かれるけど、昔は藁（みの）やムシロ、正月のお飾り

を作ったり、藁を細こ切って苧（すさ）にして自分の家の土壁に使うたり、畑の霜除けや肥料にと大事な物だった。臼や杵でも丸太を切って削って手作りしよったで。家にずっとおりゃあする事もなかりうと言われる事もあるけど、何も無いようでも、何じゃかんじゃとする事は色々あったからなあ。今はお金を出しや何でも簡単に出来るけど、昔はお金も店もないし、自分らでせにゃ暮らして行けれんかった。不便な世の中じゃったけど、誰も文句言わずに暮らしよった。まあ、それが当たり前じゃあと思うとったけんなあ。

【女性利用者の方に昔の冬の暮らしについて伺い、掲載させていただきました。】



## 鬼も寒さも吹き飛ばせ！



例年に比べ雪が少ない今シーズンですが、雪が降ると見慣れた景色も別世界。津山の山々が雪をまとい、一年で一番寒い季節の2月4日、ケアガーデン津山で節分の豆まきがありました。陽気な赤鬼、青鬼に豆（お手玉）を投げ、途中から優しい福の神も登場！！皆で邪気を払い、一年の無病息災を願いました。



## 2月・3月の予定

2月18日(月)	びんどろう
	美作高校実習 ～2/22
	美作大学食物学科実習 ～3/1
20日(水)	理髪(サチ)
	書道クラブ
	訪問歯科診療
21日(木)	通所リハビリクッキング
22日(金)	音楽療法
23日(土)	てての会



2月25日(月)	語りべ
26日(火)	選択メニュー
28日(木)	理髪(ブーム)

3月 1日(金)	音楽療法
8日(金)	音楽療法
9日(土)	てての会
14日(木)	理髪(ブーム)
15日(金)	音楽療法
	2F リハビリクッキング



# ～中土居便り 3～

ケアガーデン津山の常勤医師として平成24年から勤務してまもなく8年。現在は木曜日に岡山学院大学で管理栄養士課程での講義を受け持ち、木・日祝以外を施設に詰めています。月曜朝に岡山市の自宅から岡山駅で津山線に乗り、水曜日の夕方帰岡、金曜日に来て土曜日に帰るという週2回の通勤生活です。津山線は1898年（明治31年）12月21日：中国鉄道（現在の中鉄バス）本線 岡山市駅（現在の岡山駅の北、跨線橋の北あたりか） - 津山駅（現在の津山口駅）間（34M76C≒56.25km）が開業。岡山市駅・玉柏駅・野々口駅・金川駅・福渡駅・弓削駅・誕生寺駅・亀甲駅・津山駅（現在の津山口駅）が開業。その後、1944年（昭和19年）国有化され、岡山駅 - 津山口駅 - 津山駅間が津山線となり、今年で開通120年です。子供の頃に中国鉄道・株主総会の通知状がきていました。津山 - 岡山間の連絡路線としては高瀬舟の舟運しかなく、岡山との連絡を良くする為に作州の有力者から出資を募り会社を設立、大急ぎで工事をした物と思われます。地方私鉄としては設立も早く、使用車両も気動車を主体とした程度の高い鉄道会社として知られていた様です。岡山を出て、玉柏から旭川を進み牧山駅までが眺めのよい区間ですが、度々落石事故も起こします。トンネルも短い物が3か所のみ。四季それぞれの風景を車窓から楽しみ、快速で1時間10分、普通で1時間半程度の小旅行気分が味わえます。二両編成の列車は岡山駅で発着時に立つ人がある位でゆっくり座れます。昔の金川高校、今の御津高校の学生が目立ちますが、通勤客も結構いるという状態。昭和30年代後半、津山高校への通学で利用した因美線 高野 - 津山間の列車に比べると人数は減っていますが、基本的な利用状況はかわらないとの印象。通勤客は自動車通勤の影響で大幅に減少していますが、私にとってはありがたい交通手段になっています。（医師：保田）

## 新人職員を紹介します。

氏名：<sup>たきがみ</sup>瀧上 <sup>かおる</sup>薫

生年月日：1978年5月4日

星座：おうし座

趣味：外食

ひとこと：皆様の笑顔と健康のため頑張ります。

職種：作業療法士

血液型：A型

夢：優雅なヨーロッパ旅行



## 「インフルエンザ警報」、「食中毒注意報」発令中！

県から1/24 インフルエンザ警報が発令されています。当施設では状況を踏まえ、下記の対応を行なっています。

### 「入所ご利用者への面会制限」実施中

面会制限を行う対象範囲や、当施設が提供するサービスについては、地域や施設での感染症の発生状況に応じてその都度対応しております。詳しい内容については、関係するご家族へのご連絡、また施設玄関に掲示しておりますのでご確認ください。

通所ご利用者は次の場合、お休みいただくようお願いいたします。

### 「37.5度以上の発熱」「嘔吐、下痢、その他体調不良時」

ご利用者の健康を守るため、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。ご不明な点は職員にお尋ねください。

## お知らせ

「自宅で暮らし続ける為にリハビリをしたい。」「退院後、リハビリをしてから家での生活に戻りたい。」「家が寒くて体の動きが悪くなる。」「家の改築や育児・介護など家族にしばらく用事がある。」「冠婚葬祭や旅行などで家族が家を空け、介護する人が不在。」「介護疲れがある。」など、お困りの事はございませんか？ケアガーデン津山では在宅復帰および在宅生活継続への支援を行っています。【ショートステイ（数日間の入所）】、【ミドルステイ（在宅復帰目的で1ヶ月～3ヶ月程度入所）】のサービスを提供しております。当施設担当者（高木・廣幡）または居宅ケアマネジャー様にお気軽にご相談ください。

### 入所利用者のご家族の方へお願い

その1、食中毒予防の観点から、以下の食べ物の差し入れはご遠慮下さい。  
生もの（握り寿司、生クリーム類、お餅など）、果物（苺、バナナ、みかん、りんご、干し柿など）

### 編集後記

立春も過ぎ、暦の上では春ですが、2月『如月（きさらぎ）』は一年中で一番寒い季節。本当は寒さの為に更に着物を重ねるので『きさらぎ＝衣更着』という説も。季節に逆らわずぬくぬくと重ね着をし、部屋を暖かくのんびりと春を待ちたいのですが、現実はそのはいきません。薄くても温かいインナーを着、出来るだけ身軽に。天気予報で気温や積雪情報のチェックし、通勤時間を想定し早起きをするこも。冷や汗をかきつつ、無事に職場に着くとホッとします。（M・N）