会報 ふれあい

第152号　平成24年9月1日

発行　せきがやふれあいの会

※電話相談・簡単修理は、月曜～土曜（午前）自治会館にお電話下さい（℡784－4447）。主に高齢者向けです。
※ふれあいの会の催しは、送迎可能ですので、事前に自治会館にお申し込みください。

第24回ふれあいティータイム（懐かしの映画上映会）　サウンドオブミュージック

今回は「ドレミの歌」「エーデルワイス」などでおなじみの、ブロードウェイミュージカルの映画版を上映いたします。ジュリー・アンドリュース主演で1965年のアカデミー賞5部門を受賞した大ヒット作品です。
舞台はオーストリアのザルツブルグ。退役軍人のトラップ大佐家に修道院から家庭教師として派遣されたマリアと7人の子ども達との交流が美しいザルツブルグの風景の中で描かれています。
そしてマリヤと大佐との結婚、第2次世界大戦を前に、ヒトラーのナチスによる一家への圧迫と続く・・・

日時：9月19日（水）13：30～17：00
場所：自治会館　1F会議室
※会費無料　申し込み不要　　連絡先：土橋

円海山歩く会

9月の計画　集合場所：奥座公園　出発時間：午後3時　（雨天中止）◎トイレ
☆9月10日（月）ゆっくり比較的近いコースを歩きます。　約1時間半
奥座～関谷奥見晴台～大丸山～ひょうたん池～動物園裏～奥座
☆9月27日（木）緑地内のハイキングコースを楽しみます。　約2時間半
奥座～関谷奥見晴台～みずきの見晴台～横浜自然観察の森一周◎～関ヶ谷
※履物、飲み物、雨具など自己責任でご準備下さい。経路は変更になる場合があります。野呂

介護保険のおさらい①　＜介護保険の対象者＞

横浜市西金沢地域ケアプラザ　吉村晴子

介護保険の制度は、介護を受ける必要のある方々を社会全体で支えることを目的に平成12年4月1日から始まりました。40歳になった方々は介護保険に加入することになり、お住まいの市区町村に保険料を納めていただきます。
介護が必要な状態になったら、介護認定を受けることで、介護保険のサービスを利用する事ができます。

介護保険に加入している皆さんを『被保険者』といい、保険料の納付先である横浜市を『保険者』といいます。そして『被保険者』には『第1号被保険者』と『第2号被保険者』があります。

横浜市『保険者』　横浜市民『被保険者』

65歳以上の方 ⟹『第1号被保険者』　どんな原因でも介護が必要になったら、介護認定を受けることが出来ます。

40歳～64歳で医療保険に加入している方 ⟹『第2号被保険者』　国が定める16種類の病気が原因で介護が必要な状態になったら、介護認定を受けることが出来ます。

※　介護保険に加入していない方や、保険料未納の方は、区役所の「保険年金課」に相談してください。

❤次回は＜介護認定の申請＞についてです❤

紅花会

報告　**第6回紅花会**　H24.7.27

今回はご本人様の状況が変化したご家族が多く、高齢の方の場合、病気や骨折などのけがで入院すると、在宅の方、施設入居の方いずれも、その後のリハビリのための施設を探すのが大変です。
入院前に入っていた“老健”などに戻れないケースが多くなったようですので、ケアマネージャーや専門医、その地の認知症相談窓口とよく相談して、適切な良い施設が探せるとよいのですが。数も少なく、ご苦労なさるようです。
夜の排尿の対応、始末にお困りの方に朗報です。1つで5回分位保ち、肌との接触面はさらっとしている為、夜起こすことなく、朝まで取り替えずに済む便利な品があるそうです。また命にかかわらない、他人に迷惑をかけない限り、やりたいようにさせてあげていいというお医者さんのアドバイスに救われる方もいます。
色々情報交換をしています。悩んでいるご家族の方お気軽にお電話下さい。　中山

楽しかった納涼大会

緑道さんぽ

知ってそうで、知らなかった【卵の話】

我々、日本人にとって最もなじみの深い食品と云えば、何と言ってもお米と卵と云えるのではないでしょうか？
その【卵の話】です。
では、何故、今頃、私が卵の話を？それはその昔、現役時代に20年間に亘りオーストラリアからの輸入卵を日本国内大手食品メーカーに卸す業務に携わって来た、深い思い入れと愛着が【卵】にはあるからです。

今から50数年前、私が子供の頃の遠足や運動会、あの時代の物価を思い出します。キャラメル1箱、牛乳1本、りんご1個、夏みかん1個、そして卵1個、等々全てが10円の時代がありました。あれから50数年を経て。卵を除き100円～200円、そして何故か【卵】だけは18～20円、時として8～10円。どうして卵1個100円ではないのでしょうか？栄養価の対価としても、卵ビイキの私としては、100円～200円でも良いのでは？と、いつも思うのです。

その昔、病気のお見舞いに【もみ殻の詰まった箱に入った卵】は貴重品で、有難味の濃いものでした。今から30数年前、日本がまだバブルの絶頂期にあった頃、卵1個25～45円だったことを記憶に留めている人は意外に少ないものです。
では、何故今現在、卵は物価の優等生なのでしょうか？皆さんのこれに対する大方の回答は多分、超大量生産システムによる生産コストの圧縮、配合飼料の改良、流通販売システムの改善、等々を要因としてお上げになるのでは？
全て、正解です。が、最も正しい肝心肝要な正解はもう一つ、為替に起因しているのです。日本の産卵鶏の飼料は100%輸入（オーストラリア、アメリカ、カナダ、etc…）穀物飼料に依存しています。日本の鶏卵産業生産コスト全体の約52～53%が飼料の占める割合です。昔、日本の産卵鶏は1ドル／360円の飼料を食べて卵を産んでいましたが、今では、1ドル／76～80円の飼料を食べて卵を産んでいるのです。

では、ここらで『鶏・産卵鶏の一生』の話は如何ですか？卵から孵化し、卵を産み始めるのですが、それはどのくらいの日数を経てのことでしょうか？・・・
ちょうど丸6ケ月が来ると最初の卵を産むのです。勿論、鶏に依っては1～2日間のずれはあるのですが、それにしても不思議な現象、不思議な正確さと云えるのではないでしょうか。そして、産卵できる期間は約1年半です。1年半が過ぎるとお婆さん鶏になり、食欲だけは旺盛で飼料は沢山食べるのですが、産卵率が急速に落ちて来るのです。これぱかりは、経営者・社長にとっては困るのです。ここは情け容赦もなく心を鬼に次の一手（淘汰・廃鶏処分）に入って行くのが養鶏業界の鉄則なのです。
殺処分、その開腹時に研究者が顕微鏡で覗くと明日、明後日の産卵分、そしてさらに次々と続く順番を待つ状態の小さな卵の連鎖が無限に繋がっているのがはっきり確認できる。と、研究者の学術書には明記されています。何と、卵は不思議な生命力に満ち溢れた食品なのでしょうか？私が卵を愛して止まない原点は正に此処にありなのです。

強制換羽、一換、二換、三換と云う業界専門用語があり、本当は、ここからが聞くも涙、語るも涙の『鶏の一生』の話の佳境に入って行くのですが、残念ながら紙面が足りません。次回、いつかまた機会が与えられるようなら、是非この続編を記してみたいものです。　田崎

ちびっ子の皆さん！お元気ですか？私は節電のためエアコンは使わず、扇風機で通そうと思い今もそれを実行中です。夏休みはどのようにすごされましたか？オリンピック観戦で家にこもっていましたか？9月の開催日ごろには、きっと涼しくなってすごし易くなっているに違いないと思います。皆さんのお元気なお顔を是非拝見したいものです。お友達も一緒にお誘いの上お出かけ下さい。スタッフ皆なでお待ちいたしております。（深見）

日時:9月28日（金）　10:00～11:30　　場所:自治会館　1階　（℡784－4447）

☆ダイヤモンド富士を見る会☆

富士山頂から太陽が昇る瞬間と夕日が沈む瞬間に、まるでダイヤモンドが輝くような光景が見られることがあり、この現象をダイヤモンド富士といいます。春のお彼岸頃には、皆さんと富士山に沈む夕陽の感動的な風景を見ました。
また裏山からダイヤモンド富士を見ることのできる日が巡って来ました。
ご一緒にダイヤモンド富士を見に行きませんか？

開催日　：9月15日（土）（天候の悪い場合は中止）
集合時間　：17時00分（日没は17時49分）
集合場所　：南丸公園
行き先　：（裏山）市境広場もしくは市境広場北約300mの地点
装備　：太陽を見るので、サングラスがあると安全で良く見えます。
連絡先　：戸次　　野呂

同郷の集い　我がふるさと“信州・長野”を語る会（雷鳥の会）

澄み切った秋空の運動会で“信濃の国”を高らかに歌った子供の頃に、白銀の世界に夢中になった学生時代に、また、善光寺の御開帳のことなどに思いを馳せながら、我がふるさと“信州・長野”を語りませんか。
転勤先で子育てをされた方々も歓迎です。また、信州が大好きな方々もお出で下さい。
平成21年9月26日に第1回、平成22年9月19日に第2回開催し、今回は第3回目です。

日時：10月5日(金曜日)　午後2時～4時
場所：自治会館　1階会議室
会費：500円（お茶とお菓子を用意します。）
※　参加希望の方は、下記にご連絡して下さい。
・高橋：仙台市出身/須坂市勤務　・篠原：長野市出身

塩麹を作ってみましょう

塩麹が話題になっていますが、購入すると結構なお値段がします。
自分で作ってみましょう。

材料：①乾燥麹300g　②食塩（天然塩など）80g　③湯冷ましの水500cc
1）容器（熱湯などで消毒したタッパーなど、金属製以外）に麹と塩を入れる（手袋などをして直接触らない）。
2）かき混ぜながら、湯冷ましをひたひたになるくらいに入れる。よくかき混ぜ常温で放置。
3）麹がふやけて水が足りなさそうに見えたら、またひたひたまで水を加えかき回す。毎日かきまわす。
4）麹がお粥状になり、味に甘味が感じられたらできあがり（1週間くらい）。冷蔵庫に保管。
※消毒に気を使うのは、乳酸菌が繁殖すると酸っぱくなってしまうためです。使う時は必要量だけとりだして材料にまぶす。できた塩麹にそのまま突っ込むと、材料から水分が出て薄くなってしまいます。
「関ヶ谷釣り同好会」で鰺を釣ってきました。開いて一晩塩麹に漬け焼いて食べたら新しい味になりました。
一種の粕漬けのようなものですが、粕漬けより甘味がありとても美味しく食べられました。　青柳