

にここ三豊



三豊市 開運スポット 常世亀

(撮影者 上原)

令和 5 年 10 月～令和 6 年 1 月の活動実績

	介護保険					まごころ ケアサービス		障がい 自立支援	地域生 活支援	福祉輸送	
	居宅 介護 支援	訪問介護		デイサービス							
				三豊	観音寺						
月	件数	件数	時間	延べ人数		件数	活動 時間	活動 時間	活動 時間	件数	時間 (分)
10	53	69	674:00	324	257	334	435.5	94.0	16.5	116	1960
11	53	69	655:45	314	264	358	411.0	62.5	20.5	97	1540
12	51	70	638:55	273	259	364	482.0	99.0	11.5	104	1660
1	50	67	625:40	299	239	376	399.0	88.5	10.5	75	1260

本年も宜しくお願い申し上げます。

一月一日十六時十六分。テレビを見て目を疑う出来事でした。テレビの映像が阪神淡路大震災とオーバーラップし、「何故…。」と胸が締め付けられる思いがよみがえってきました。

あの時は、一月十七日朝五時頃で、震度四でした。飛び起きて視覚障がいのある独居の利用者さん宅へ走ったのを覚えています。二十九年も前になりますか。そしてその後、新幹線で神戸を通過するたび、屋根にブルーシートが見え「頑張って。」と思ったものです。

今回の能登半島地震では、二百三十八人の方が亡くなり、まだ行方不明の方もいらっしゃいます。この寒空の下で、「どうして?」と思わざるを得ません。「これ以上被害が大きくなりませんように…」と祈ることしか出来ません。

救済金を受け付けております。まごころサービス・日本ケアシステム協会から、復興支援団体へ寄付します。にこにこ三豊・観音寺デイサービスにて受け付けています。

どうぞ、皆様の温かいご支援をお願い致します。

理事 汐見 美根子

能登半島地震

津波の被害を受けた珠洲市沿岸部 Yahoo!ニュースより



二〇二四年一月一日、石川県能登半島地方を震源とする最大震度七の地震が発生しました。気象庁は約四時間にわたって大津波警報を発令し、日本海側の広い範囲に津波が到達しました。

また、大規模な火災・土砂災害・家屋の倒壊も相次ぎ、甚大な被害をもたらしています。地震発生が元旦ということもあり、観光客や帰省中の方々がいる中で起きた出来事であり、被災者の数も多くにのぼりました。

地震発生から一か月以上が経とうとしていますが、大きな余震も続いています。避難生活を送られている方も日増しに増え、支援の手が行き届いていない地域もみられます。

この香川県におきましても、三十年以内に南海トラフ地震が発生する確率が七〇〇八〇％と言われています。自助・共助・公助を三つの柱に、日頃より防災意識を高めていきたいと感じました。

長時間停電経験がある人が、準備・所持しておいてよかったものとは？

- 一位 懐中電灯・ランタン
- 二位 乾電池・充電池
- 三位 シトルト食品・インスタント食品



森岡隆の
四国遍路がたり

その3

明けておめでとうございます。

前回、第六十六番札所の「雲辺寺」についてお話させていただきました。森岡です。一度もお遍路をしたことがない身ではありますが、今回もまた要望に応え、お遍路についてお話しさせていただきます。

お遍路は地元で「お四国さん」と呼ばれていることは以前お話しいたしました。その全行程は、第一番札所から最後の八十八番札所まで歩けば、一二〇〇キロほど歩くこととなります。最近では、お遍路姿の外国人を見ることが珍しくなくなりました。

お遍路はどこから周りを始めてもいいのですが一応、札所に番号がふられているため、徳島県鳴門市にある第一番札所「霊山寺」から始める人が多いようです。

この霊山寺の売店で、お遍路に必要な物を買ひ揃えることができるようです。

- ②④ ほつみさきじ 最御崎寺
- ②⑤ しんしょうじ 津照寺
- ②⑥ こんごうちょうじ 金剛頂寺
- ②⑦ こうのみねじ 神峰寺
- ②⑧ だいにちじ 大日寺
- ②⑨ こくぶんじ 国分寺
- ③⑩ ぜんらくじ 善楽寺
- ③⑪ ちくりんじ 竹林寺
- ③⑫ ぜんじぶじ 禅師峰寺
- ③⑬ せつけいじ 雪蹊寺
- ③⑭ たねまじ 種間寺
- ③⑮ きよたきじ 清滝寺
- ③⑯ しょうりゅうじ 青竜寺
- ③⑰ いわもとじ 岩本寺

- ③⑱ こんごうふくじ 金剛福寺
- ③⑲ えんこうじ 延光寺



- ① りょうぜんじ 霊山寺
- ② じくらくじ 極楽寺
- ③ こんせんじ 金泉寺
- ④ だいにちじ 大日寺
- ⑤ じそうじ 地藏寺
- ⑥ あんらくじ 安楽寺
- ⑦ じゅうらくじ 十楽寺
- ⑧ くまだにじ 熊谷寺
- ⑨ ほうりんじ 法輪寺
- ⑩ きりはたじ 切幡寺
- ⑪ ふじいでら 藤井寺
- ⑫ しょうざんじ 焼山寺
- ⑬ だいにちじ 大日寺
- ⑭ じょうらくじ 常楽寺
- ⑮ こくぶんじ 国分寺
- ⑯ かんおんじ 観音寺
- ⑰ 井戸寺
- ⑱ おんざんじ 恩山寺
- ⑲ たつえいじ 立江寺
- ⑳ かくりんじ 鶴林寺
- ㉑ たいりゅうじ 太龍寺
- ㉒ びやうどうじ 平等寺
- ㉓ やくおうじ 薬王寺

第二十三番札所「薬王寺」までが徳島県内にあります。徳島県内の巡礼は「発心の道場」と呼ばれています。第一番札所からいったん西に向かって、最終的には西部の太平洋沿岸に至ります。

第二十四番札所から、高知県になります。薬王寺の近くを通っている国道五十五号線に沿って南下し、徳島県と高知県の県境を越えて、第二十四番札所のある高知県室戸市まで進みます。

高知県は、第二十四番札所「最御崎寺」から第三十九番札所「延光寺」までの十六寺を、太平洋の沿岸線に沿って巡礼するのですが、こちらは「修行の道場」と呼ばれています。高知県を東部から西部まで訪ねることになり、四県の中では一番距離のある遍路区間となります。一番きつい区間かもしれません。

次回は、愛媛県・香川県のお話をしたいと思います。寂しいですが次回で一度、筆を置くつもりでありますので、もうしばらくお付き合ひください。



つぶやき

百七歳 女性 Sさん

今回ご紹介する方は、三豊市最高齢、百七歳の女性です。



私は大正五年、三豊市山本町にて四人兄弟（姉弟妹）の二番目に生まれました。農作業を手伝い、十九歳で結婚、二十一歳で長男を出産、三人の男の子を育てました。（本当は娘がほしかった…）戦時中は食べる物がなく、毎日麦に少しの米と大根を入れおかゆにして食べていました。嫁ぎ先が床屋だったので、

その手伝いをしながら理容師免許をとりました。主人は戦争に行きましたが、無事戻って来て親が引退した後は、主人と二人で床屋を営んでいました。丸刈りとシャンプーが私の仕事でした。六十五歳の時に主人が亡くなり、長男が床屋の後継ぎとなり、八十歳くらいまでは一緒に働いていました。昨年夏、長男が体調不良で入院し、一人暮らしになったので初めてデイサービスを利用するようになりました。現在は週二回のデイサービスと週三回の訪問介護を利用して、隣に住んでいる孫夫婦に助けてもらいながら、一人暮らしをしています。



Sさんは最近まで床屋で新聞を読んだりし、過ごされていたようです。デイサービスの利用者も床屋をよく知っており、ご主人や子供が利用していたと話されています。

現在日本の最高齢は兵庫県在住、百十五歳の女性、香川県では百十一歳の女性です。百歳以上の方は日本で九万二千人程、男性十一%・女性八十九%の割合となっています。

私がこの仕事をして、「ここまで元気な百歳を超えた方に出会ったのは初めてです。デイサービスを利用される方は自宅生活の方なので、高齢になり動けなくなると施設に入所されます。Sさんは杖歩行ではありますが、自分で歩き、ご飯も普通食を食べられます。難聴ではありますが、大きな声で話すので答えてくれ、このつぶやきも本人から傾聴しみなさんにお届けしました。

デイサービスの日、朝迎えに行くところ「どしたんや？行くんか」と少したいてい（面倒くさい）様子が潜っている。たつの中から出てきます。一人暮らしなので、「裏口閉めたか？こたつ切ったか？」と家の確認もきちんとし出かれます。「たいそい」と言いながらも、体操をみなさんと同じように行い、パズルなど作業も一生懸命行います。少し血圧は高いものの現在薬も飲んでおらず、元気いっぱいです。

Sさんに質問してみました。

今の楽しみは？「なんもない。」

つらいことは？「つらいこともない。」

好きな食べ物？「なんでもおいしい。」

今は孫嫁がごはんもしてくれありがたいわあ。

長生きの秘訣は？「なんでも食べること。」

Sさん、これからも自分の足で歩いて、

元気で笑って楽しく過ごせるよう願っています。

（デイサービス 藤田）



生きがい部

第二弾

《広島県バスツアー》

昨年十二月、四年ぶりの生きがい部の旅行で広島に行きました。おりづるタワー、路面電車、お好み焼き、宮島と盛りだくさんの、なかなか行くことのできない所を見ってきました。

おりづるタワーでは、原爆ドームを上から見る事ができました。下から見るのとは違う悲惨さを感じました。みんなで祈りを込めて折った鶴をへおりづるの壁に投入しました。そして香川県では体験できない路面電車に乗車し、美味しい広島焼きを堪能しました。



途中、広島県在住のまごころサービスの利用者様が現地で参加され、観光案内をしてくださいました。スマートな案内は心強く、楽しさも倍増。



最後に訪れたのは、今回の観光でとても楽しみにしていた宮島。個人的に二回目の観光だったので、十年前とは船乗り場も近代的に変わり、歳月を感じました。しかしながら、宮島は変わることなく、鹿が自由に歩いており、海の岩、大鳥居は風景画のようになきれいでした。厳島神社の中では、結婚式も行われており、厳かな気持ちになりました。何気なく入ったお店で飲んだコーヒーがとても美味しく、得をしたような気持ちになりました。

帰路のバスの中では楽しかった一日を思い出し、企画してくれた生きがい部の人たちに感謝の気持ちでいっぱいでした。生きがい部の人たちは大変でしょうが、来年の企画も楽しみにしています。ありがとうございました。

(石川)

《フレンチ料理 ランチ》

一月某日、丸亀市綾歌郡栗熊町にある「シェナガオ」へ行ってきました。

フレンチ料理のレストランなので洋風の建物を想像していましたが、意外や意外、和風の古民家を改装した趣のある建物でした。

私は、メイン料理「もち豚の赤ワイン煮」が一番美味しかったです。柔らかくてお箸で切ることができました。自家製のパンがおかわり自由で、一個二個とおかわりされる人もおり、総勢十六名で久しぶりにゆっくりと、ランチのコースメニューに舌鼓を打ちました。

(小田)

寒サワラの炙り
ベリーのガスパチョ



イチゴのムース
バニラアイス

デイサービス便り

いっしょに三豊



あつあつの餅を
丸めています

年末となり、利用者さんと一緒に餅つきと年越しうどん作りをしました。みなさん昔の事を思い出し、「こはこうした方がええんで」と教えてくれながら、一生懸命です。寒さも忘れるくらい熱気で「疲れたわ!」と言っていました。顔は笑顔で楽しまれました。



うどんの「コシ」を出すための足踏み中



うどん生地を平らになるよう延ばしています

いっしょに観音寺

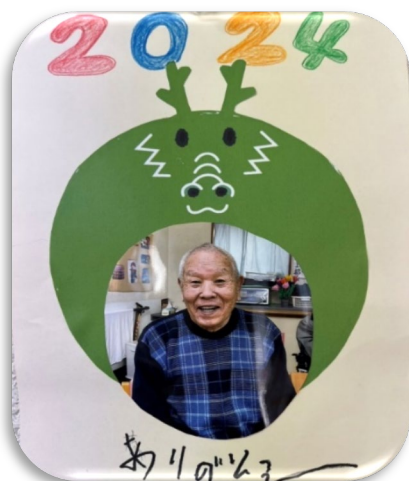
今年の干支は辰です。

辰年は、陽の気が動いて万物が振動し、大きく成長する年になるといういわれがあるそうです。

辰のモチーフに利用者さんの顔写真を入れて、新年の抱負を書いてもらいました。皆さんの個性があらわれる一枚が出来上がりました。

今年の抱負を胸に、一年頑張ってまいりましょう。

みなさんの抱負が
叶いますように...



愛の

開運

スポット

常世亀

ここは浦島伝説の地、箱浦です。

そしてこの『常世亀』は、

永久不変の象徴であり

私たちの時間、願い、美しさを

すべて内包しています。

亀が見つめる方角には

竜宮があるとされ、

今にも泳ぎだしそうです。

泳ぐ玉手箱、

常世亀に願いを託し、

海の彼方へ想いを

馳せてみませんか。

看板より



今回表紙になっているのは浦島太郎伝説が残る、荘内半島にある亀の石像です。常世亀といわれ、永久不変の象徴であり、この亀にまたがると幸せになると言われています。

住所

香川県三豊市詫間町

箱859-29

箱浦ビジターハウス

おせち料理作り



昨年末、今回も一〇〇食以上ものおせち料理を作りました。全て手作りで、身体に優しく美味しいと大変好評を頂いております。野菜や卵などの材料を提供して頂き、何日も前から準備に取りかかり、みなさんにお届けするまで多くのスタッフの方がお手伝いしてくれました。おせちの味はいかがでしたか？みなさま、ご協力頂きありがとうございます。

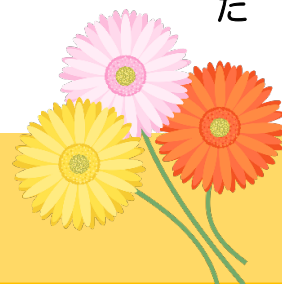
新人紹介

昨年十月、訪問介護員として入社した富原です。

今年で六十四歳になりますが、まだまだたくさんの方の苦悩が多く日々沈んでいく自分の心と戦い続けています。

よろしくお願いします。

富原 敬子





特定非営利活動法人

にこにこ三豊

☎767-0001

香川県三豊市高瀬町上高瀬 1 8 8 3 - 1

TEL 0875-73-6750

FAX 0875-73-6751

あとうがき

今年(ことし)は四年に一度の閏年(うるすどし)でもありません。へ四国遍路(ごくにんべんろ)がたりへにも登場している四国八十八箇所(ごくにんはちじゅうはちかしょ)ですが、閏年(うるすどし)に香川県(かがわけん)の八十八番札所(はちじゅうはちばんさしよ)から、徳島県(とくしまけん)の一番札所(いちばんさしよ)を目指す逆打ち(さかうち)をするご利益(ごりやく)が三倍(さんばい)になるといふ言い伝え(いひつたえ)があります。また、今年(ことし)は弘法大師(こうぼうだいたい)生誕(せいだん)二二五〇年(ににふひゃくごじゅうねん)です。現在(いま)はツアー(たうざー)などもあり、比較(ひかく)的(てき)にお遍路参り(おべんろさんり)も行(い)きやすくな(な)っていま(いま)すね。暖(ぬ)かくな(な)って(て)くるこれからの季節(きせう)、是非(ぜひ)巡(めぐ)られて(て)みては(は)どうでしょう(しょう)か？

少し(すこし)ずつ春(はる)へ近(き)づいて(いて)いると感(かん)じられる頃(ころ)になりましたが、まだまだ寒(ふ)さが厳(き)しい日(ひ)もあり(あ)ります。感(かん)染(さ)症(しやう)の流(り)行(こう)も続(つづ)いてお(お)りますので、手洗(てせん)いう(いう)が(が)い等(どう)の感(かん)染(さ)対(たい)策(さく)を行(い)い、体調(ていじよう)にも十分(じふぶん)気(き)を付(つ)けてい(い)きましょう。

(藤田・上原・立川・綾・富田)