

達人の料理道場



料亭 北秋くらぶ 社長 石川 博司

まだまだ寒さの厳しい季節ですが、土の下ではもう春の準備が始まっています。そんな時、早春の息吹を感じていただけるお吸物をぜひ作ってみてください。意外に簡単で誰でも失敗なくできる一品です。

材料(4人分)

- A 豚脂身(バラ肉でも可).....60g
- 人参.....60g
- 筍がきごぼう.....60g

沢煮 椀

- 生椎茸.....60g
- 竹の子.....60g
- B ミツ葉.....10g
- うどん.....30g
- 切り餅.....4ヶ
- かつおだし汁.....4カップ
- 塩.....小さじ1
- 醤油.....小さじ1
- 酒.....小さじ1
- こしょう.....少々

作り方

豚脂身は塩をふり、5cmの長さに細かく切って、塩がなじんだ頃熱湯に通して、霜ふりにする。
野菜も5cmの長さにして千切りにし、一度水にさらして、ざるに上げておく。小角切りにした餅を焼いて椀に入れる。

だし汁に分量の調味料で味を付け火にかけAの具を入れる。煮立ったらBのミツ葉とうどを入れ、再び煮立ったら火を止め、手早く椀に盛り、コショウをひとふりする。



豚脂身は残雪を表わし、ウドやミツ葉が残雪の下で春を待っているというイメージの沢煮椀です。

「北秋くらぶ」は、ほほえみカード指定店になりました。通常料金の5%割引。是非ご利用して下さい。

おいしい卵酒の作り方

- 日本酒.....一升
- 卵.....5コ
- 砂糖.....100g

材料を鍋に全部入れて、泡立て器でよく混ぜてから火にかける。常にかきまぜ、煮立ってきたら鍋の上から火をつけアルコールを半分とばす。弱火にしてまぜ続け、とろみがついたらでき上がり。

プレゼントクイズ

問題：長崎宏子さんのお子さんは何人でしょうか？

応募方法

専用ハガキにて応募して下さい。(福利協会会員のみ対象)

- 答えのヒントは2ページです。
- プレゼント希望コースは必ず記入して下さい。
- 専用ハガキは、広報の企画募集と併せて、ほほえみカード・全国版「ソウエルクラブ」充実に向けたアンケート内容になっています。ご協力よろしくお願いします。

宛先

〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5
秋田県民間社会事業福利協会

「ハーモニー」クイズ係

締切

平成13年2月20日(火) 消印分まで有効。

当選者の発表は、応募締切後に賞品の発送をもちまして代えさせていただきます。

このプレゼント企画は、福利厚生センターの事業支援を得ているものです。

Aコース

「水泳入門」10名様へ

Bコース

1泊2食付き無料ご招待1組2名様へ

Cコース

コーヒー豆20名様へ

Dコース

テレビ10名様へ

長崎宏子さんが書いた本です。(小学生向けの本です。)

ハーモニー

第21号

発行日 平成13年1月31日
財団法人 秋田県民間社会事業福利協会
秋田市旭北栄町1番5号 ☎(018)864-2711
編集発行人 三浦 憲一



生活の中に
子育ての中に
楽しさを
はぐくんでいきますか

長崎宏子さんが開校している「ベビーアクアティクス」のひとつです。



長崎宏子さん

(東京都杉並区に在住)

22才までトップスイマーとして活躍。米国カリフォルニア大パークレー校、プリガムヤング大卒。JOC職員 - IOC選手委員を経て、現在スポーツコンサルタント。「ゲンキなアトリエ」取締役。講演、水泳教室、執筆と幅広く活躍しています。

編集後記

年々、福利協会会員が増加しており、今回「ハーモニー」を初めて手にする方も多と思います。いろいろな話題を掲載し、皆様から待ち焦がれるような広報づくりを目指していますが、いかがでしたでしょうか。職種が違っていても同じ福祉の職場で働く会員の方達が輪になれるよう「ハーモニー」が少しでもお役に立てばうれ

しいです。これからも話題・情報満載の広報をお届けしたいと思います。原稿をお願いした方から郵便が届くとワクワクしながら封を開けます。広報が皆さんのお手許に届いた時もワクワクしながら読んでいただけたらという思いで作成しました。これからもたくさんの情報を提供したいと思います。

主な内容

- 「私の子育ては水とともに」.....2
- 「困難のある人生を前提に」.....2
- 会員紹介コーナー.....3
- 和食お作法講習会.....4
- 介護保険もうすぐ一年.....5

- 会の現況.....5
- ほほえみカード指定店紹介(1).....6
- ほほえみカード指定店紹介(2).....7
- 達人の料理道場.....8
- 「本・無料宿泊券他」プレゼントクイズ.....8



私の子育ては水とともに

長崎 宏子

寒空の下、吐く息が白い子どもたちも厚手のコートにくるまれている季節、プールへ通うベビーたちは元気な水しぶきをあげ、ママと共に笑顔の花を満開にさせている。

外では、「こっちへ来なさい!」「そっちはだめ!」母親たちのそんな声ばかり耳にする。日常生活の中で、我が子が生まれた瞬間のあの喜びを忘れてしまっているような声にも聞こえる。

そんなママたちに母親としての喜びの笑顔を与えてくれ

るのが、水の不思議な力。ベビーがママのお腹にいた心地よかった頃を思い出し、皆持っている水への順応能力を見事に披露してくれるからだ。

プールでは、首から上をちょこんと水面に出し、同じ目線でお互いを見つめ合う平等な立場の母子が、刺激し合い、発見し合い、そして共に成長していく姿が見られる。私にとっては、仕事の間というよりも母子の笑顔に包まれて、心も身体も癒されるスペースといったところだ。

家に帰れば、幼い三姉妹の賑やかな声と笑顔に囲まれる。彼女たちとのプールでのひとときを思い出すと疲れも吹っ飛ぶ。『家族の笑顔は、母親の笑顔から』は私のモットー。その笑顔は、プールで充電している。



お嬢さんと一緒に。



困難のある人生を前提に

秋田大学教育文化学部 助教授 黒川 衣代

込んでいることはないでしょうか。

考えてみれば当たり前のことなのですが、困難の起こらない人生は誰の身にも有り得ません。だとすれば、困難や苦しみを取り除く人生を考えるよりも、そういうことを前提に、子どもは、困難や苦しみに対処できる力を身につけるのが理にかなっているし、おとなは発想を転換して人生を考えたいものです。

完璧な子育ても人生もないのなら、肩に力を入れて何が何でもと頑張らなくてよいの

ではないでしょうか。本当に困ったときには肩の力を抜いて、「助けて」と言えばいいのだと思います。大切なのは、「助けて」と言って行くところがあるということです。

私たちは、みんな長所あり短所ありででこぼこだけれど、そのでこぼこのところが違っているから、助け合うことができるのです。



私が、ことあるごとに思い出す英語の言葉に "Bad things happen to good people." というのがあります。これは、どんなに良い人にも悪いこと(困難)は起きるという意味です。

最近をよく、子育てが大変だと言われますが、「Bad things (困難)のないのがよい人生」と信じ、子どもの人生にそれを求めて目指すが故に、大変さを何倍にもして背負い

会員紹介コーナー

まかせてください21世紀



県北報公会 吉野学園(成人) 指導員 佐藤 聡

長男が誕生して、最近自分の顔を見ると笑ってくれること。凍りついた家の玄関でコケて頭を打ったことかな? 体力には自信はないが、命令の倍は仕事をします。誰か僕を買って下さい。何と言っても熱帯魚(アロワナ)の飼育。アロワナは自分の話を聞いてくれる! 色々な資格に挑戦して、職場や福祉に貢献してみたい。考えた事もなかったけど、「給料の倍は仕事しろ!」と毎日叫んでいるかも? 未来の自分に会いに行ってみよう。(行って居なかったら大変なんだけど。)

福祉の職場に根付こうとするフレッシュマン達は、どんな思いで仕事をしているのでしょうか。その胸中をちょっと探検。

Question

最近、感激した事。最近、頭にきた事。自分のセールスポイント。私のストレス解消法。今、やってみたいと思う事。私が上司だったら...。タイムマシーンで行きたい所。

こひつじ保育園 保育士 佐野 直美

シドニーオリンピック観戦。ヤワラちゃんの金メダル。楽しみにしていた誕生日を忘れられてしまったこと。笑顔...。笑うと目がなくなる。大声で笑うこと。そして、何もかも忘れて眠ること。パソコン。飲み物の自動販売機を用意する。もちろん無料。22世紀を覗いてみたい。



後方、真中が私です。



特別養護老人ホーム 平寿苑 介護職員 佐々木 聡

初めて仕事に就いて、入居者との信頼関係を築くことができた。雪道ですべり、自分の車が側溝にはまった。持ち前の「優しさ」でJUST MARRID!! ちなみに新婚です♥♥ 若いけど、温泉に浸ってリラックス。スキー。高校時代の腕前をもう一度...。在宅で介護している方に介護技術を教え、ぬくもりのある街にしたい。高校生に戻って色々なボランティアに挑戦したい。



鷹巣町社会福祉協議会 ヘルパー 伊藤 円

実家の愛犬が2時間も前から玄関で自分を待っていてくれた事。運転中、前の車が投げたタバコが自分の車のフロントガラスに当たったこと。笑顔と明るさとさわやかさ。欠かせません。外に出て、家にこもらないようにする。スポーツをしたり、ドライブに行ったり...。船舶免許を取得したい。夏がもっと楽しくなる。グローバルな社協を築き上げたい。21歳の自分の父親に会いに行き、合コンをしたい。



特別養護老人ホーム 清流苑 寮父 鈴木 貴裕

祝 ボーナス。なぜか夜勤明けだと、決まって雪が降る。外交力と統率力。親友との電話、仕事。政治家か株への投資。利用者だけでなく、職員も楽しめる職場作り。東京にいた頃の父の姿を見てみたい。



和食お作法講習会



楽しい緊張と会席料理

知的障害者更生施設 更望園
栄養士 木村 卓道

前回の洋食マナーも好評だったので、今回も講習会の案内状が届くやいなや、調理員や若い職員にも誘いの声をかけました。若い人達は、席に着くと神妙な顔をして、正座をしていました。由緒ある料亭での会席料理、初めての経験でした。料理に対する期待と、慣れない場所での緊張感でいっぱいでしたが、楽しいひとときを過ごす事が出来ました。会費以上の内容のあるすばらしい献立、料理は職人の腕前は勿論のこと、真心を感じました。(調理員は感じてくれたかな?) 一品一品美味しくいただきました。次の企画も、期待してまいります。



食文化を、とことん学びます。

会席料理は奥が深い!

婦人保護施設 陽光園
指導員 嘉藤 玲子

今年度初めて入会したソウエルの事業に、繰り上げで参加させていただきました。参加者4名「どんな講習なの?」「お料理はどんなのかしら・・・」と楽しみに出かけて行きました。凛とした女将さんの作法のお話、仕草等から自分の無知さ加減を感じるやら、お腹は空くやら・・・。普段、無意識に使っているお箸にも流れるような仕草があることや、お刺し身の一つにも会席の食べ方があること等を知り、大変勉強になりました。楽しみにしていたお料理も、いつになくお上品に且つおいしく頂き、とっても満足! 次回は早々に申込み、また参加したいと思います。



職員旅行で...右側が私です。



作り方で勉強しました。

とても幸せな時間

小坂マリア園
事務員 和田 晶子

昨年から行われております会食マナー、今年度は会席料理の作法ということでとても楽しみにしておりました。懐石料理と会席料理の違い、会席でのマナーやルール等教えていただきました。

食べる事が何よりも好きな私、中でも先付けに出された菰豆腐の味が今でも忘れられません。また、季節の松茸も土びん蒸しや松茸ごはんなどふんだんに使われており、おいしくておかわりをしてしまいました。

とても美味しい料理を手頃な値段で食べさせていただき、仲間と楽しいひとときを過ごすことができました。

ごちそうさまでした。

雄勝町社会福祉協議会 職員一同

めまぐるしい毎日を過ごしていて、なかなか職員3人が揃って出かける機会のない我社協。その機会をいただいたのが、和食お作法講習会でした。

和室で、正座で、お箸の持ち方は・・・「あー堅苦しいかな?」とちょっぴり不安もありましたが、お料理を目の前にした時から、「あー来て良かった」に大変身。たくさんの福祉関係者が集える機会と、数々のお料理と、数々のお飲物と、数々のお作法などなど。「あれーもうデザートなの」と。アツという間の時間。有意義な土曜日のひとときを過ごさせていただきました。



県南会場で。講師はゆうゆうプラザの荒井さん。

介護保険 もうすぐ一年



特別養護老人ホーム 河辺荘
施設長補佐

岩谷 隆博 (秋田県社会福祉士会会長)

私が老人福祉の世界に入って二十数年が経過し、様々な体験をしてきましたが「介護保険制度」ほど衝撃的な制度改革はありませんでした。数年前は北欧に憧れ、その質の高さに驚嘆したのは私だけではないと思います。介護保険の登場は唐突なものに思えました。準備期間も短く、国民の理解を十分に得たものではなく混乱を招くと予想したものでした。未だ不安を拭いきれない現状であります。

介護保険開始から一年近くになりましたが、利用者、事業者、行政がどんな感想を持っているか計りしれないが、私の考えの

一端を述べさせていただきます。率直に言って、当初、予測していたほどの際立った混乱がないように見えます。それは制度が円滑に運営されているのではなく、利用者は制度をほとんど理解しないままにサービスを受けざるを得ない状況で、意見・感想を持つに至らず、事業者は、既存の仕事に未体験の医療制度に似た業務が加わって質を問うゆとりを失っている状況にあります。介護給付費等の財政の問題に気をとられケアマネージャーならぬマネージャーという言葉すら生まれる現実であります。事業者は6月末まで収入がなく、福祉関係者は運転資金と称して会社経営と同じように借入れを余儀なくされた所が多かったと思います。本来の福祉や健全財政を取り戻すには時間がかかると思います。基盤整備の現状は、利用者が選択するなどというレベルには

程遠いと思います。在宅生活を支えることが難しい中、施設利用を希望する人が確実に増えています。現状は、保険料の増額につながり行財政逼迫や利用者負担増大で先行きが不安になります。国は中長期的な展望にたたなければ制度崩壊もあり得ると考えます。介護保険制度の成長を信じて頑張っている人も多いと思います。その人々を失望させることのないように一人一人がしっかりと意見を出し合わなければならないと思います。

終わりに、介護保険制度が高齢者の幸福に寄与することを心から願っております。



~気持ちいいな~
心も体もほぐれるひととき。

会の現況

(平成12年12月31日現在)

加入者推移

会員数 6,384人 (306事業所)
加入率 100%

男女別資料

	男性	女性	計
平均年齢	40.2歳	39.3歳	39.5歳
会員数	1,643人	4,741人	6,384人
割合	(25.7%)	(74.3%)	(100%)

新規加入事業所

施設・団体名	種別	加入者数
平 寿 苑	特別養護老人ホーム	28名
ロートピア仙南	特別養護老人ホーム	14名
さくら苑	特別養護老人ホーム	14名
清流苑	特別養護老人ホーム	20名
西部介護ステーション	社協所属	1名
吉野学園(成人)	知的障害者施設	5名
こひつじ保育園	保育所	16名
すこやか大雄	特別養護老人ホーム	23名
リンデンバウムいづみ	特別養護老人ホーム	1名
緑 光 苑	身体障害者通所授産施設	7名

退職金給付資金

退職者数	306件
給付額	431,427,023円
平均給付額	1,409,892円
平均加入期間	7年6ヵ月
平均年齢	41.39歳

福利協会制度一部改正について

平成12年4月から、「掛金、事務費、本俸上限額の引上げ」「給付額の算定方式の変更」「支給率の変更」をしております。長引く経済不況は、市場金利ゼロパーセント台で推移しており、会財政にも影響ある財政予測が出ていました。健全財政と制度魅力作りを求めたもとの改正となりました。

改正内容は次のようになっています。...(平成11年11月にお知らせしていたものです)

従前の基準給(本俸)上限265,000円を300,000円まで段階的に引き上げ。12年度から上限を280,000円に(13年度までの2年間)、14年度以降300,000円となります。

従前の掛金率64/1000を70/1000に。

<本人>32/1000 35/1000 <事業主>32/1000 35/1000

従前の事務費200円を12年度から300円、14年度から400円に。

給付額の算定方式を従前「退会時前1ヵ年平均基準給」を「全加入期間の平均基準給」に。但し、11年度末(12年3月)までの加入者会員については、12年度に入った時の計算を11年度末時の基準給から起算していきます。

従前支給率を5年間にわたり毎年1.0%ずつ下げ、5年後は従前の95%とします。

ほほえみ・ソウェルカード共通指定店のご紹介

さわやかなおもてなし 横手プラザホテル

〒013-0036 秋田県横手市駅前町7番1号
TEL0182-33-2111(代)
FAX0182-36-1710

優待内容

宿泊料金の平日10%割引。
土・日・祝日20%割引。

レストラン利用の場合、お通し付でビール・日本酒・ワイン等々より一杯サービス。
ゆうゆうプラザ入館優待、250円にて利用できます。



伝統の日本料理、郷土料理をお楽しみ下さい。

ビジネスや観光の拠点として幅広くご利用できます。おいしいお料理と温泉でリラックスタイムをどうぞ。



ご利用の際は、「ほほえみカード」か「ソウェルカード」をご提示して下さい。

アー・リゾート 横手駅前温泉 ゆうゆうプラザ

〒013-0036秋田県横手市駅前町7番7号
TEL0182-32-7777(代)
FAX0182-32-0900

優待内容

宿泊基本料金の10%割引。
レストランでのお食事10%割引。



四季おりおりの表情を楽しめる天然温泉。

ほほえみカード指定店のご紹介

東北を旅してみよう!!

会津武家屋敷

福島県会津若松市東山町東山温泉入り口
TEL0242-28-2525 FAX0242-28-2515



静かなたたずまいの家老屋敷。

割引

会津武家屋敷入館料の割引
大人 通常850円 優待750円
中高 " 550円 " 470円
小学 " 450円 " 370円

会津藩校日新館入館料の割引
大人 通常850円 優待750円
中高 " 550円 " 470円
小学 " 450円 " 370円

会津武家屋敷・会津藩校日新館
共通入館料割引
大人 通常1,390円 優待1,290円
中高 " 890円 " 790円
小学 " 690円 " 590円

會津藩校日新館

福島県会津若松市郊外・河東町高塚山
TEL0242-75-2525 FAX0242-75-3215



白虎隊の学舎 會津藩校日新館

棟方志功記念館

青森県青森市松原2-1-2
TEL017-777-4567 FAX017-734-5611

青森が生んだ世界に誇る版画家棟方志功画伯の数々の作品を展示しております。



割引

入館料の割引
大人 通常300円 優待250円
高・大 " 150円 " 100円
小中 " 50円 " 40円



棟方志功の作品です。

青森頌春夏秋冬の図(胸肩妃神)

宮沢賢治が愛したふるさと

花巻 湯の社

ホテル志戸平

〒025-0244 岩手県花巻市湯口字志戸平
TEL0198-25-2011(代) FAX0198-25-2624
総合予約センター TEL0198-25-2221

遠野ふるさと村

〒028-0661 岩手県遠野市附馬牛町上附馬牛5-89-1
TEL0198-64-2300 FAX0198-64-2827



優待内容

基本宿泊料金(一泊2食付)
諸税別の10%割引

ケンジの世界に浸って・・・
自慢のお風呂に浸って。年中楽しめる温水プールは、ご家族連れにピッタリ。



割引

入村料の割引
大人 通常500円 優待250円
小人 " 300円 " 150円
料金は平成13年3月31日までの設定です。
休村日/年末年始 開村時間/9:00~17:00

奥州藤原歴史館

ゆめやかた

〒029-4102 岩手県西磐井郡平泉町平泉字衣関13-1
TEL0191-46-5011 FAX 0191-46-5012

入館料金の割引
大人 通常 1,050円 優待840円
中高 " 730円 " 520円
小学 " 520円 " 420円

年中無休
入館時間
9:00~17:00



世界最高級の口ウ人形で平泉の歴史を立体パノラマで再現

珈琲紅茶専門店 まめまめハウス

コーヒー・紅茶は、私達の日々の生活に欠かせない飲み物ですね。だからこそ、専門店で好みの味を求めてみませんか。

優待内容

珈琲豆・紅茶・ハーブティーの量り売り
10%割引
(セール期間を除く)



まめまめハウス通町店



秋田市保戸野通町6-23
TEL・FAX018-823-7658
定休日/第2・第4日曜日
営業時間/10:00~19:00
担当/大日向

まめまめハウス橋山本店



秋田市橋山本町3-10
TEL・FAX018-837-2058
定休日/不定休
営業時間/10:00~19:00
担当/坪井

中三秋田店(3F)



秋田市御所野地蔵田1-1-1
TEL018-889-6700(中三呼び出し)
定休日/不定休
営業時間/10:00~21:00
担当/坪井

街で見かけましたか



ステッカー



スタンドプレート

- ♥ 会員の皆様が「ほほえみカード」・「ソウェルカード」を利用しやすいように。
- ♥ 指定店の従業員への周知を促すために。

上記の目的のために、各指定店にステッカー・スタンドプレートを送付しております。皆様、どんどん利用して下さいね。また、「ほほえみカード」「ほほえみの手引き」が不足の際は事務局へご連絡下さい。