

栄養士さんの
おすすめ料理



知的障害者更生施設
道目木更生園
佐藤 恵利子

秋といえば、キリタンポ！キリタンポといえは比内地鶏！当施設で飼育されている比内地鶏を使い、少し変わった「焼き鶏のピリッと炒め」を紹介します。少し辛くて、歯ごたえがあって、食欲をそそる一品です。



比内地鶏を飼育している道目木更生園

焼き鶏のピリッと炒め



材 料(4人分)

比内地鶏もも肉	1枚
塩	少々
本しめじ	生しいたけ 40g
エリンギ	舞茸でも可 40g
赤ピーマン	1/2個
黄ピーマン	1/2個
ねぎ	20g
ししとう	8本
ごま油	大さじ1
酢	大さじ3
砂糖	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ1
唐辛子	少々
生姜	少々

作り方

- ①鶏肉(皮つき)に塩を少々ふって両面に焼き色がつく位に焼く。肉の中が少し生でもOK。一口大のそぎ切りにしておく。
- ②本しめじは、石づきを取って小房に分ける。エリンギは、食べやすい大きさに手で裂く。ピーマンは5cm長さの千切りにする。
- ③葱・ししとうは、細く輪切りにして、ごま油で炒め弱火で香り出しをする。

- ④鶏肉を③へ入れて炒め合わせる。
- ⑤④の調味料を④へいっしょに入れ強火にする。
- ⑥きのご類を⑤に入れて、最後にピーマン類を入れて良く炒め合わせる。

ひとくちメモ

比内地鶏を使ったキリタンポ汁が、一番美味ですが、ちょっと工夫した一品として、焼きおにぎりの上に鶏汁を豪快にかけて食べる「げんこつぶっかけ汁」や、大根おろし、人参おろしの上へ片栗粉を入れた鶏汁をかける、「もみじおろしの鶏あんかけ」なども、おいしい料理です。
注) 鶏汁とは、キリタンポ汁にキリタンポだけ入らない汁のこと。



「焼き鶏のピリッと炒め」のできあがり。

プレゼントクイズ

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)
- プレゼント希望コースは必ず記入して下さい。
- 専用ハガキの裏面には、広報の感想やご意見など自由にご記入下さい。

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11月28日(水)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。

編集後記

東ちづるさんと水林新生園の方に直接お話を伺って、言葉だけではなく身体で感じる事も多く、取材の大切さを遅まきながら知りました。人との出会いは、緊張と期待、不安が交差しますが楽しさもあります。次の新たな出会いを楽しみにしたいと思います。(H.K)

問題：「平和村」は、どこの国にあるでしょうか。

Aコース



「わたしを忘れないでドイツ平和村より」
10名様へ

Bコース



秋の宮山荘(雄勝町)
1泊2食付き無料ご招待(2名)
1組様へ

Cコース



絵本
「マリアンナとバルーシャ」
東ちづる著
5名様へ

どちらの本も東ちづるさんの直筆サイン入りです。

ハーモニー

第 22 号

発行日 平成13年11月1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)864-2703
編集発行人 三浦 憲一



左端が東さんです。

ドイツのNGO「国際平和村」の子供たちと一緒に。

あなたたちは、
生きるためにここにきたのよ。



あしなが育英会の募金を呼びかけています。

東 ちづるさん

女優。広島県出身。会社員を経て芸能界へ。ドラマから司会、映画、舞台、ラジオ、執筆の他、着物のデザインを手掛けるなど幅広く活躍中。プライベートでは、骨髄バンクやあしなが育英会、ドイツ平和村などのボランティア活動を続けています。

主な内容

- 東ちづるさんへインタビュー2
- 施設・会員紹介コーナー3
- ミュージカルを観劇して4
- ソウェルクラブ海外研修報告5
- ほほえみ・ソウェルカード指定店紹介6

- 会員おたより紹介7
- 退職金は老後設計の重要な基盤7
- 栄養士さんのおすすめ料理8
- 「本・無料宿泊券」プレゼントクイズ8



東ちづるさん

自分の気持ちに素直になって

骨髄バンクやあしなが育英会などのボランティア活動を続けていらっしゃいますが、きっかけは何でしたか？

9年前、慢性骨髄性白血病の少年のドキュメントを偶然にワイドショーで見、司会者が「頑張ってる」と締めくくったことに疑問を感じたのが始まりです。「私にできることをしよう」とまずはボランティアで骨髄バンクのポスターを作りました。いともたつてもいられないわき立つ思いからの行動でした。以来、講演会やシンポジウム、病院のお見舞い、募金活動等で全国各地を訪れています。

絵本「マリアンナとパルーシャ」を出版されましたね。ドイツの国際平和村が舞台です。平和村は、世界各地の戦争や内戦で傷ついた子供たちを治療、リハビリした後、母国に帰すという活動を行うボランティア団体(施設)です。2年前より数回訪れて、支援を続けています。

昨年出版した、平和村での活動と日頃のボランティア活動での思いを綴った「わたしたちを忘れないで～ドイツ平和村より」が期せずして、日本図書館協会選定図書となり、多くの子供たちが読んでくれました。感想文を送ってくれたり、文化祭等でチャリティ活動をする学校も増えているようです。本の売上金の一部が募金となっており、現在600万円以上が平和村へ寄付されています。

もっと小さいお子さんにも、ということで絵本を描きました。絵本は、家族や友達同士と一緒に読むことができますよね。何度も読み直せますし。この絵本が平和や戦争、生きることについて考えるきっかけになればと。



アンゴラの少年のレインボーカラーのヘルメットは頭蓋骨の代わり、痛々しい。

その平和村で暮らす子供たちを主人公に、東さんが絵、本ともに手掛けたんですね。

戦争で傷ついた子供たちと出会って、初めて「戦争」が理解できました。私は広島出身なので、平和教育を受けてきたつもりでしたが、それは、犠牲者教育だったかも、と気付いたのです。グローバルな視野で戦争を考えることで「平和」の意味を考えることができるのです。平和は祈るものではなく、作るものなんです。

すね。日本は今も戦後なのですから。生きることについて話し合えるように、愛、友情、依存、自立……そういったテーマも絵本に込めて描きました。今の子供たちが、すぐに分らなくても、大きくなって何かを始めるための糧にもらえるなら嬉しいですね。この絵本の売上金の一部も平和村への寄付になります。



アフガニスタンの子どもたち、どうか生きていて。

ボランティアで得たものはなんですか？

“人はみな対等”ということ。法の下では皆平等ですが、私達は、生まれも容姿も国籍も収入も価値観もそれぞれ違います。でも、私達は人として“対等”なんです。皆、同格、同じ命をもっているのですから。

ある日取り返しのつかないことをしてしまったことがあります。それは、ある白血病の女性が23歳の若さで天国に召されたときのことです。ボランティアさんと悲しさのあまり、つい、“明暗”という表現をしてしまい、そばにいた白血病の青年に「生きていくあなたたちが明で、死ぬであろう僕らが暗ですか!？」と睨まれました。私たちは、ボランティアを受ける側の人を傷つけ、私も落ち込みました。悪気はなくても、些細なひと言が人を傷つける怖さを知り、「対等」という意識がいかに重要かを痛感した出来事でした。

活動は、悔しさ、理不尽さ、無力さを感じることも多いです。ですが、ボランティアは私にたくさんのことを気付かせ、悩ませ、私自身をどんどん変えていきます。無理せず、できることをするのは自己責任。このことを大切にライフワークとして楽しんでいきたいと思っています。

今後のお仕事と読者へのメッセージをお願いします。

自分らしく、表現することを大切にしていきたいです。昨年からは、着物のデザインも手掛けています。来年早々には、私自身がアダルトチルドレンだったことを、カウンセリングの実録と共に綴った本を出版します。私自身もそうだったのですが、子供の頃の「夢」を気付かないうちに押えて、大人になった方が多いのではないのでしょうか。眠らせていた「夢」を呼び起こし、自分のやりたいことや興味のあることを見直してみれば？それは大変エネルギーのいることですが、自分の人生です。いくつになっても遅すぎるなんてことはないと思っています。

おじゃまします。福利協会です。

みんなで話し合っって作り上げていく



水林新生園は、松林の中の静かな本荘由利総合福祉エリア内にあります。前身の本荘通所福祉授産所から始まり16年目で法人認可を受け、今年の4月から知的障害者更生通所施設としてスタートしています。

利用者が楽しく過ごせる施設に



声高らかに笑う尾留川施設長さん。

施設長の尾留川さんは、身体障害者療護施設からの転身で、新天地は一からの出発でした。認可前の授産所時代と認可後の「施設」運営では、方針が違うこともあり、職員集団の協議を重ねながら指導や作業にあたってあります。

とにもかくにも話し合いを大事にしながら、「利用者が楽しく、自分の持っている能力を少しでもアップできるように施設づくりをしたい」と話しています。

また、福利厚生面では、医療事業団が政府の特殊法人見直し対象となり、退職金制度廃止案のことで「私たち福祉従事者が安心して働けるバックボーンが退職金でもあり、制度は無くさないでほしい」と話されていました。

今後、親睦会を立ち上げて「飲み会」も更に盛り上げたいと声高らかに笑いながら抱負を述べる施設長さんでした。

園のおかあさんのような存在

秋田に嫁いで16年。秋田弁がわからず、電話に出るのが恐怖だったという大井さん。栃木県出身で、結婚前は足利市社協に勤務していました。昭和60年以降、思考錯誤しながら授産所を支えてきたベテランで、若い職員にとっても、利用者にとっても頼れる存在です。



頼れる存在、大井さん。

「利用者は昨日と今日では、精神状態が違い、毎日それを把握しながら接する」ということを心掛けています。長年この仕事に就いていてもこれが一番大事であり、大変な部分でもあると言います。そして、利用者が楽しそうに作業をしている様子を見ているとき「この仕事に就いてよかったなあ」としみじみ感じる瞬間で、みんなの笑顔が大井さんの励みになっています。



今日は、「趣味活動の日」。利用者たちは、ボランティアの方に手芸を教わっています。

同じ目線にたつて

自然が好き、人間が好きという今さんは、以前勤めていた会社では、陸上部に所属し、マラソンや駅伝に数多く出場した経験を持ちます。スポーツマンで独身、曲がったことは嫌いでお心の優しい好青年と施設長は評します。



「また走りたい」と話す今さん。

人と接する仕事が好きで、授産所の職員募集に飛びついたと振り返ります。利用者には、同じ立場・同じ目線にたつて接することを大事にしています。「でも人それぞれ性格が違って接し方も違うから、それを理解するのが難しい」と胸の内の苦勞をチラリ。

この仕事に就いて、ボランティアの方や保護者たちとの出会いが、かけがえない財産になっていると言いますが、今さん自身の人柄がたくさんの財産を作っているように感じられます。今、年に4~5回鳥海山に登山をしているそうですが、そろそろ今度はまた走ろうかなと張りきっています。



お忙しい中、3人の方からお話を伺いましたが、施設長はじめ職員も利用者も皆さん若々しく元気いっぱいでした。授産所の歴史を引き継ぎながら新たな一歩を築こうとしている気持ちに溢れており、情熱がこちらまで伝わってくるものがありました。

劇団四季「オペラ座の怪人」・「はだかの王様」を観劇して

ミュージカルで広がる別世界

ミュージカルの醍醐味を知りました！

大館乳児保育園
保育士
近藤 あや子



私(左側)とミヨちゃん(園児と一緒に)

大館乳児保育園は、60名定員。今73名のカワイイ子供たちを相手に私たちは、がんばっています。もも組0才児担当の5人の保育士で「オペラ座の怪人」に全員申し込みました。幸運にも私と、かわいい「ミヨちゃん」と呼ばれるまだ子育て最中の先生と観劇の機会に恵まれました。道中は「楽しいネ」「うれしいネ」を連発しながら、一番町などを散策して宮城県民会館に。そして地元大館でもなかなか座れない前の指定席に胸が踊る思いでした。劇団四季の舞台装置や衣装、もちろん内容、演技はさすがに素晴らしく、二人とも休憩時間は感動の余韻に浸りな

がら、これから続く舞台に胸をふくらませていました。ミュージカルの醍醐味を味わい、心身共にリフレッシュできた思い出に残る一日となりました。



「オペラ座の怪人」の一場面

やっとまちがいに気づいた王様



秋田市立下北手小学校 5年
天野 耕太

特別養護老人ホーム 大平荘
ホームヘルパー
天野みち子さんのお子さんです。

ぼくは、初めてミュージカルを見ました。それは「はだかの王様」という特におどりや歌が多いミュージカルです。王様は、洋服が大好きで、気に入る洋服が見つかるまで、だれとも会わない。お葬式の服を作っては死んだ人がないかさがさせて国民にみせびらかす。国が攻められようとしても服にかかりっきり。そんな王様はなさけないと思います。ただぼくもその中にいたらバカでおっちょこちょいと言われたくないし、お城を追い出されたくないから、皆と同じことを言っただる

うと思う。最後に王様がみんなに言われ、やっとまちがいに気づいて、国民のためのりっぱな王様になったと思う。



「はだかの王様」の一場面

福利協会では、ソウェルクラブの助成を受けて劇団四季のミュージカルを会員やご家族の方が割安で楽しめるように企画しました。大変、好評を得ることができ、今後もこのような企画を紹介していきます。



お知らせ

= けんじワールド利用料金の変更について =

けんじワールドでは、料金が夏期間・冬期間と別料金でしたが、今回から下記のとおり、通年同一料金の利用となりましたので、お間違えなようお願いします。

大人	2,400円 (通常 3,200円)	利用券は今回のハーモニーと一緒に各事業所に送付しております。
中人	1,900円 (" 2,500円)	
小人	1,400円 (" 1,800円)	

= お得で安心「お泊りじょうず」 =

寒くなりましたね。スキーや温泉巡りの宿泊には、ご予算に応じて選べる、名鉄観光の「お泊りじょうず」が便利です。北海道・東北管内でご利用できますので、必要な方は、事務局にお申し込み下さい。

= 退職給付の制限。施行細則11条から。 =

犯罪、非行による退職の場合は、退職金の給付制限を受けることがあります。飲酒運転など絶対にしないで下さい。

ソウェルクラブ 海外研修報告

アメリカの福祉にふれて

特別コース(給食業務担当者コース) // アメリカ・ハワイ(6月30日~7月5日)



婦人保護施設 秋田県陽光園
調理員 加賀谷 とし子

ソウェルクラブの海外研修に幸いにも参加でき、サンフランシスコとハワイの施設を訪問して、充実した8日間の研修を受けてきました。

サンフランシスコの児童福祉施設の庭には、夏の花やハーブが咲き乱れ、時折爽やかな癒しの風が優しく通っていました。

この園内にあるグループホームでは、様々な問題を抱える子供たちが、職員と一緒に生活しています。職員は子供たちの“仮親”として接し、その姿は、温かさゆとりが感じられ、「子供たちを包みこむように支援している」という話も印象的でした。

キッチン見学の後は、パイキングスタイル、ワンディッシュスタイルと、2か所の施設で昼食をご馳走になり、アメリカと日本の食文化の違いを感じたことも研修での貴重な体験となりました。

研修の合間に、常夏の島ハワイ、坂道と海の見える美しい街サンフランシスコ、砂漠の中にできた眠らない街ラスベガスを観光しました。とくにアメリカの大自然が作り出したグランドキャニオンの絶景は「感動」その一言でした。また、各地での食事やワインの味も忘れられません。

皆さまも是非機会を見つけて海外研修に参加してみたいかがでしょうか。きっと大きな感動が得られることと思います。



昼食のパイキングは鶏肉のオープン焼き・とうもろこし・ライス・サラダでした。



食品庫。缶詰などたくさん保管されているのにビックリ。

広々としたカウンセリングルーム



・上の写真3枚は、サンフランシスコにある児童福祉施設です。



右端が私です

ハワイにて一緒に参加した方達と



グランドキャニオンの絶景には感動しました。



ソウェルクラブの申請していますか？

1. 結婚お祝い品 (1万円相当)
2. 出産お祝い品 (1万円相当)
3. 死亡弔慰金 (会員 60万円) (配偶者 10万円)
4. 災害見舞金 (法人 20万円) (会員 1万円)
5. 資格取得記念品 (5,000円相当)
6. 生活習慣病予防健診費用助成 (3月末日まで)
7. クラブ・サークル活動支援 (12月末日まで)



申請書類は、直接ソウェルクラブ(東京)へ送付をお願いします。ご不明の点は、ご遠慮なく福利協会か、ソウェルクラブへお問い合わせください。☎018-864-2703
テーブルマナーが11月から始まります。詳しくは、各事業所の事務担当者にお問い合わせ下さい。

ほほえみ・ソウェルカード共通指定店のご紹介

株式会社 普門塾



本物のかにの美味しさを北海道が生んだこの店で。各種コースの中からご予算に応じてお選び下さい。



召しませ、かにしゃぶ

全店の略図



炙屋

あぶりや

札幌に行ったら...

本格派の炭焼処。海鮮焼き・野菜焼き・炭焼き魚などの他に、お寿司や刺身もおすすめです。



備長の炭火に炙られる、北の恵み。

優待内容

雪華亭 ・500円割引券の利用 (お一人様1回につき2枚限り)	炙屋 ・ビール1杯無料券の利用 (お一人様1回につき1枚限り)
---------------------------------------	---------------------------------------

券の必要な方は、福利協会にお申し込み下さい。

札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル16階
 (011) 251-1366 営業時間 / 17:00 ~ 22:00(御注文締切21:00)
 FAX (011) 232-7073 年中無休(但し年末年始を除く)
 雪祭り期間 / 16:00 ~ 23:00まで営業

炙屋本店 札幌市中央区南2条1丁目 営業時間 / 17:00 ~ 23:30
 TEL (011) 242-5403
 炙屋狸小路 TEL (011) 242-6668 営業時間 / 16:00 ~ 23:30
 炙屋西五丁目 TEL (011) 242-1131 営業時間 / 17:00 ~ 23:30
 炙屋アスティ TEL (011) 251-1843 営業時間 / 17:00 ~ 23:00



秋田の美味しさを大衆価格で！
男鹿の海鮮もの、比内地鶏など地元の食材を使ったメニューが豊富。
お気軽にお立ち寄り下さい。

優待内容

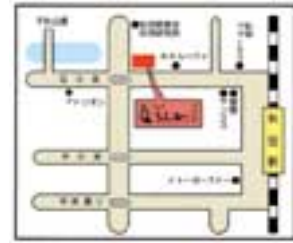
赤地鶏(串3本)又は、生ビール(中)1杯無料券の利用
・お一人様1回につき1枚限り。

券の必要な方は、福利協会にお申し込み下さい。

この季節、きりたんぼもおすすめ。



秋田駅に近くて便利です。



秋田市千秋久保田町2-58 ☎018-836-3739

福利協会貸付金の利率引き下げのお知らせ

平成13年4月より、貸付金の年利が5% 4%に引き下げられました。修学資金・車購入資金・改築資金などの他、不意の出費にもご利用いただけます。

* 貸付金額 10,000 ~ 2,000,000円まで
* 償還回数 貸付金額により最長84回(7年)まで

申し込み方法は簡単で、償還は給与からの控除となり、会員さんの手を煩わせることなく便利です。

詳しくは、事業所の事務担当者か、福利協会にお問い合わせください。☎018-864-2703

法人貸付も変わりました。
年利6% 5%
貸付限度額 10,000,000円まで

車、買い換えたいんだけど...
お願いです。



おたより
紹介します。

はがきで こんにちは



冷茶のお点前
(中央が私です)

子どもたち立派でしょ？

秋田聖徳会 第一ルンビニ園
保育士 加賀谷 典子

毎月2回、年長児の子供たちを中心にお茶の教室を開いています。ボランティアの石川先生のご指導のもと和菓子、抹茶をほおばる子供たちは、静かでお行儀よくなりましたよ。職員も順番に行なっています。このひととき、とても大切な気がします。日本の文化を子供たちに伝えたいですね。

USJに行くぞ！

八郎潟保育園 保育士 石井 千秋

今、一番行って見たい所は、ユニバーサルスタジオジャパンです。友達と年を忘れて楽しみたい...と思っているのですが、我が家で最初に行くのは、今秋修学旅行の長男です。先を越されてクヤシイ。私も必ず行ってみせるゾと意気込んでみたものの、まずは先立つものを用意しなければいけません。



絵手紙ハマッてます。

身体障害者療護施設 雄高園 事務員 那須 恵子



絵手紙をやってみたくて道具を買い揃えてから1年。ようやく1枚描いたもの出すあてもなく東京にいる娘に送った。娘には「何、コレ」と言われたが、夜遅く帰ったアパートの郵便受けに、コンビニのチラシに混じって母からの絵手紙があったらうれいだろうと自己満足している。次は、何を描こうかな。

頭が痛いケアプラン

特別養護老人ホーム 東恵園
事務員兼ケアマネジャー 木村 智子



介護保険が始まって1年半。制度は徐々に浸透してきましたが、利用者(お客様)が望むだけのサービスが追いつかず、日々サービスをあてがうようなケアプランに頭を痛めています。短期入所にしても施設入所にしてもどこも定員があり、ニーズに結びつきません。うまくいっている方がいたら紹介して欲しいな！

子供の目線におしえられ。

雄和町社会福祉協議会
ふれあい支援センター耕心苑
看護婦 京極 育子



子供たちと一緒に。

4月から異動もあり、仕事に慣れることばかりに頭がいき、生活に余裕がありませんでした。夕方、子供を学校へ迎えに行き一緒に歩いて帰ると「あっ、つくし」「かまきりの卵」などハシャグ我が子。目線が違うとすばらしい発見があるもの。我が子が宝に見えた一日でした。



退職金は老後設計の重要な基盤

～みなさんのメーンの退職金は何ですか～

1. 退職金制度廃止の動きご存知ですか。

1) 全国社協「退職手当積立基金」制度
昨年7月に突然廃止論が浮上。理由の一つは、社会福祉・医療事業団の法改正により、市町村社協職員も職種問わず13年度から加入可能となり、掛金が低いこともあって、大移行することを想定しました。そのことにより加入者が流出し、財政運営上困難になる為、12年度末で廃止解散したいという意向でした。全国からの猛反発が起きたのは言うまでもありません。結果的に本県は98%の事業所が全社協制度を継続しました。(全国は86.4%が継続し、残りは事業団と中退共移行)

現在は、景気後退による運用利回りが低迷しており、14年度から給付率15~20%削減方向の話もあり心配は尽きません。それでも制度維持が将来の拠り所でもあります。

2) 社会福祉・医療事業団「施設職員等退職手当共済」制度

今年8月、政府特殊法人改革見直しの中で、事業団「廃止・民営化」案が提示されました。特に退職手当共済については、介護保険で福祉の分野に民間業者も参入し、イコールフットイング(対等な立場)の観点から国庫補助を段階的に縮小し、最終的に廃止するという内容です。

厚生労働省は「人材確保、福祉サービスの安定的な供給と質の向上を確保するために重要な役割を果たしている」と廃止に反対しています。

現在は見直し検討先送り状況ですが、「引き続き整理合理化対象法人」として数えられているので、予断を許しません。

2. 景気後退。株価1万円割れ。

右肩上がりの経済発展がバブルの崩壊により、昨今は企業倒産はもとより各種厚生年金基金運用も深刻な状況で基金の解散が増加しています。マイナス成長もやむを得ないと言われ、国の緊縮財政は、国庫補助縮小強く、社会福祉法人の公共性も問われる事態すら懸念されています。

3. 福利協会の見通しと今後について

もちろん存続発展を第一義としています。その為の12年度からの5年間改正や上限見直しであり対策は講じています。しかし、超低金利の中の資産運用やペイオフ対策等々経済動向のテンポも急展開しており、課題も多いし厳しさはあります。

現在、本会の現状分析と退職金中央諸制度と共に、皆さんに詳しい情報提供の準備をしています。少しでも本会制度が会員の意に答え、豊かな老後の一助になるよう努力を続けます。