

気持ちに添って

富士山の麓、静岡県富士郡の施設で働いている介護福祉士の波辺智里さんから、お便りをいただきました。

——老人施設で働いています。今までの集団処遇から「ユニットケア」という個人を大切にしよう、介護が必要になっても、できるかぎり普通の生活で、という考えの施設に移ってきました。ある日、「朝は、起きたい時間に起きてもらうけど、昼夜逆転も困るし、朝はご飯の炊ける匂いと、お味噌汁の匂いで目を覚ましてもらうのはどうだろう。ご飯を炊くのに、炊飯ジャーを使おうか。パンの日は、コーヒーマの香りだよな。」一人ひとりの気持ちに添うような発想です。すめられたらいいな、と先輩が云っていました。目指しているのは「家庭の香り」です。

四二六号で香りをテーマにお便りを募ったら、三百通以上お寄せいただきました。ほとんどが、懐かしい香りの思い出でしたが、ちょっと変わった一通。ダスキンでも高齢者介護のサービスをさせていたでいていますが、この仕事に携わる人たちの深くて柔軟な思いに、いつも後押しされる思いがします。

写真・市谷 健 「祭りの熱さ、てんこもり！」

株式会社ダスキン社長

伊東 英章

no.429

喜びのタネまき新聞

読む人の幸せを心に願って作る





ものぐさ人間でも すてきな庭ができる ガーデニングのススめ

斉藤吉一

その⑤

植木屋さん出身の斉藤さんは、植物博士のような幅広い知識をわかりやすく、初心者でも失敗しないように教えてくれる名人。今回は「間違っても枝を切っても大丈夫」な樹木選びのコツです。

5つの掟

ハイ、覚えるまでまずは復唱、5つの掟。

1. したくない事をはっきり決める
2. 土を少なくする
3. 「丈夫で長持ち」を植える
4. 間違っても枯れない植物を植える
5. 「やる」と「みる」が2対3

そろそろ、なじんできましたか？

今回は4つ目の掟です。



「掟その4」

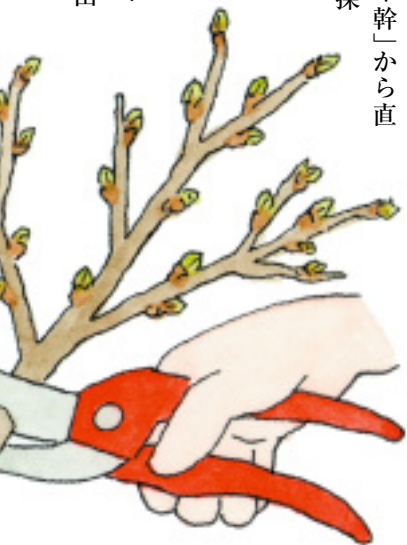
間違っても枯れない 植物を植える

葉から「新芽」が出る木は要注意！

前回お話したように、僕は植木屋さんの親方について修行したガーデンナ1。「木」が大好きです。今回は、「樹木」の選び方ルールについて考えてみましょう。

木の新芽がどこから出てくるか、見たことありますか？ ちよっと「新芽」に注目してみてください。針葉樹は「葉」からしか新芽が出ないものがあります。マツやカイヅカイブキなどがその代表格ですね。えっ？ 他の木はどうやって新芽が出るかって？ 葉からではなく、「枝や幹」から直接出るのです。よく探してみると、モグラが顔を出すように、新芽がヒョココリ出ているはずですよ。

それがまったく見当たらないものは、葉からしか新芽が出



寄せ植えのヒント

暑い夏なら さわやか系 のミント



ミントは丈夫で育てやすく、いい香り。スペアミント、ペパーミント、バインツプルミント、アップルミント、クールミントと、いろいろな種類があります。寄せ植えにして、玄関までのアプローチやベランダに置くと涼しげですね。ミントティにも使えます。品種の違うものがそばにあると、勝手に交配して雑種がどんどん生まれますが、細かいことは気にせず、任せてみるのも楽しみですよ。

「形のない木」を植える

枝をチヨキチヨキしないとどうなるか？ 木は生長して大きくなります。「ちよっと前までは小さかったのに、アツという間にこーんなに大きくなった」ですって？ 嘘です、嘘です。絶対に「アツという間」じゃありませんよ1。ものぐささんは、2、3年でも「アツという間」と感じるんです。

コンパクトなお庭やベランダなら、大きくなった木を、元に戻せることが必要です。そのためには「形のない木」を植えること。きれいな円錐形のコニファーが大きく育つてから、一回り小さくしようと思ったら大騒動です。一時大流行したゴールドクレスト

は、もともと、原産地では大きな木。お店に並んでいるときは「スタイル抜群」なのですが、地植えして一度根が張ると、まるでダイエットに失敗したみたいに急速に大きくなり、枝が枯れやすく、汚らしくなって手入れがタイヘン。輪郭のはっきりしていない木なら、



マイ・プリンセス(でき愛ママ)
札幌市 駒谷美智子

YOROINE
FASHION
GRAND PRIX

露出度600万デビュー!!

マイファッション募集。



大中小のシェーッ!!!
佐賀県塩田町 宮崎裕子



ディズニー・シスターズ(ほんとは親子)
新潟県新潟市 阿部裕美

写真を送ってください。

喜びのタネまき新聞はいま部数600万です。楽しみに待っていてくださる方、ありがとうございます。投書も写真も全部を載せきれないのが残念ですが、ステキなわたしやかわいいペットが撮れたときは送ってね。お友達や故郷のみんなも喜びます。お待ちしております!

(詳細は7ページ)



さあ、みんなを呼ぼう!
大皿料理のおもてなし



夏のスタミナ一番料理
「焼肉」と「ちまき飯」

青木美代子
お料理研究家

夏到来! 海や山、自宅の庭でも楽しめる屋外料理
と言えばバーベキューや焼肉。この定番メニューに
魔法をかけるこだわりのタレがコレ。肉や野菜の
美味しさは格別。キンキンに冷えたビールとスタ
ミナ焼肉で夏の暑さも快適に。

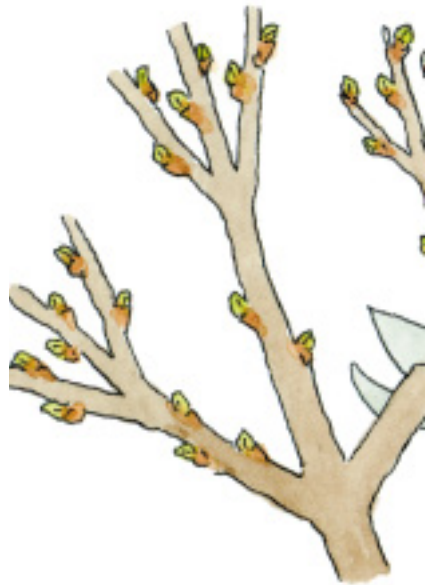
焼肉のタレ

おろしタマネギ大さじ4、リンゴすりおろし3分
の1個分、酒60cc、砂糖大さじ1、おろしニンニク
2片、コシヨウ少々、コチジャン大さじ3〜4をよ
く混ぜ合わせたら、長ネギみじん切り大さじ2〜
3、切りゴマ(白)大さじ2、ごま油大さじ1、し
ょう油60ccを入れ、さらに混ぜ合わせる。好みの肉
を30分位つけておいてから焼く。野菜や果物の風
味豊かなタレが肉によく合い、焼肉好きにはたま
らないプロ顔負けの美味しさ。辛味のもとになる
コチジャンは好みの量で。



ちまき飯

豚肉200gは1cm角に切り、しょう油小さじ2を
からめてサッと炒めておく。干し椎茸50〜60gは水
でもどし(もどし汁はとっておく)同量のタケノコ
と共に1cm角に切っておく。干しえび30gもひたひ
たの水につけてからきざむ。ニンニク1片のみじん
切りをこま油で炒め香りを出し、干し椎茸、タケ
ノコ、干しえびを入れて炒めたら豚肉を加え、干
し椎茸のもどし汁100cc、しょう油大さじ2、砂
糖、酒各大さじ1、塩コシヨウ少々、化学調味料
少々の調味液を加えてサッと煮る。炊いたもち米
2カップに汁ごと入れて、むらなく混ぜ合わせる。
しょう油で炒めたウズラの卵をアクセントに大皿
に盛ってそのまま出してよし、一人分ずつラップ
に包んで茶巾絞り風にすれば、持ち運びにも便利
な屋外向け。こだわり派は、
竹の皮を30分位水につけ
ておき、水気をふき取っ
たらご飯を包み、約10分
蒸らせば、本格ちまきの
出来上がり。焼肉との相
性ピッタリの一品。



適当に枝を切り戻して、
簡単に小さくすることが
できますよ。夏の間
お庭の木を、ちよつと観
察してみてください。繁
りすぎて風通しも悪い
ようなら、来年の春、木
の新芽を確かめて、手
を入れてみましょう。



「庭の音」連絡先は7ページ

楽しく遊びながら ベビーサイン

「ベビーサイン」として3百ほどのコトバを集めて母子がコミュニケーションする手法は、90年代に米国で始まった育児法。親子の絆が深まり、言語能力の発達にもよいそうです。教育的効果のほどは別としても、母親の育児ストレスには確実によい感じがあります。

「おしゃべりなおての会」代表の棚瀬蘭子さん自身、幼い二児の母親。

おしゃべり

「ちっちゃい」のサイン。
上手です！



「上の子が9ヶ月のころ情報誌でベビーサインのことを読み、試して見ると子供と気持ちが通じたんです。うれしくて。それからとりこになってしまったんです」

2年前の1月、自宅でお友達と始めたサークルは、やがて地域のコミュニティセンターで毎月2回の活動に。いまは本家本元の緑区から瑞穂区、天白区、日進市に拡大。空き待ち予約が6ヶ月先まで満杯の大人気です。

お訪ねした日の朝は、10時頃から続々と赤ちゃん連れのお母さんが到着。20組40人が絵本を読み、歌い、体操し、にぎやかに遊び、楽しい1時間半あまりを過ごしました。

元気と熱気が
すごいです

まず感心したのは、お母さん達の仲のよさ。おやつの寒天について情報交換していたと思うと、今日が初めての見学のお母さんに赤ちゃんの名札を書いてあげ、もう一方では、「上の子は幼稚園がダメで泣いてる



お誕生日のカードを
もらってニコリ。

まだ言葉を話せない赤ちゃんが、身ぶりや手ぶりで示すサイン。そう言えば「おいしいね」という時は、昔から、頬を手のひらで軽くたたいていましたっけ。100近くの「ベビーサイン」を教えて活動している元気なお母さん、棚瀬蘭子さんと会のみなさんを名古屋屋にお訪ねしました。



大きな栗の木の下で♪

おてりな おてりな の会

が 通 じ あ っ て ま す



「食べる」のサイン。

の「うちも同じだった。今日はお休みなんて聞くとパンザイしてたけど今はすっかり大丈夫よ」あっちでもこっちでも挨拶とおしゃべり。

沢山あるベビーサインの中で「おいしい」は、やはり手のひらで頬を軽くたたくアレ。「おいしいは、おやつ」の時のほうが多いのね」「ご飯の時間なら、はりあいがあるんだけど」とまた話の輪が広がります。

そこにジャーンという感じで柵瀬さんの元気な声が響き渡り、はじまり、はじまり。

『ちようちよ』や『大きなクリの木の下で』の歌では、楽しそうにサインをしてくれる子も。驚いたのは、柵瀬さんが大きな声で、「七月生まれのお友だち！パンパンパン！」と言いつつ手をたたいて名前をよぶと、なんと1歳でにつこりして手をあげ、カードをもらっていました。

ベビーサインもやっぱ先生次第なのかも。会は運営のお母さん達と話し合つて進めますが、長くても7分ほどで、歌や遊びを次々と展開させる柵瀬さんの指導力には脱帽でした。

無理強いしないで
ごく自然に

「ベビーサインも絵本も無理強いしたり、覚えないうと焦ったりしてはだめ。楽しくないならやめ、関心をみせてからでよいのです」リラックスした自然体の姿勢が、豊かな活力を生み出し、育児ノイローゼなんて無さそう。

赤ちゃん達に「お口をしーつ」と言うのと、一瞬しずかになって皆がちゃんと黙る。それはもう大きな子より見事かもしれません。

カルチャースクールで教えるクラスもあります。2歳で卒業の「おてての会」の仲良しサークル活動がやっぱ楽しいと柵瀬さん。

「夢は全国にこうした活動の場ができること」エネルギーにあふれたお母さん達の瞳は輝いていました。

赤ちゃんと手ぶりで心

「りんご」のサイン。



お遊びの時間。中にビー玉入りの手作り。



体操の時間。



1歳未満から2歳まで。途中で寝てしまったり泣いたり。でも気にしません。赤ちゃんとお母さんのエネルギーってすごいです。



司会をする柵瀬蘭子さん。

ほ



ほ



え



み



の



ひ



ろ



ば



いまごろ

島根県松江市 宇都宮鏡子

昨年のお盆前でした。仏壇の引き出しに一枚の写真を見つけました。

父と父の弟がふたりで並んでいい顔をして映っていました。仏壇にその写真と、二人が大好きだったお酒をお供えしました。

呉から来た叔母といっしょに、

「いまごろ二人で飲んでるだろうね」と、父と叔父の思い出話をしました。

二人の命日が同じです。きつと私たちに忘れるなどということなのでしょう。掲載されたら、タネまき新聞を今年はお供えします。

――夏が来れば思い出す。いつまでも心のなか。

六人姉妹

三重県松阪市 浅尾紀美代

私は六人姉妹の四人目で六十四歳ですが戦争の記憶もあります。空襲で防空壕に逃げた時の恐さ。そして戦後のひもじさ。

畑からとれたサツマイモを生で食べたりしました。きれいな水で洗って、おいしかったです。メリケン粉をフライパンで焼いただけの「ダラ焼き」は、それでも何よりのおやつでした。

姉達はずっと大変で、勉強もろくにしないで戦争のためのバケツリレーなど色々な作業をし、妹達の子守りもさせられました。

私も背中におぶってもらいましたが、重いので姉が縁側に腰掛けると、ちょうど立てました。幼いながら大変さが気になったらしく「えらい、えらい」と思っていた記憶があります。

父や母も六人の子を育てるのがえらい事で、百姓をしたり山仕事をしたりして、育ててくれました。姉妹はみな三重県内で一時間もあれば顔を見に行ける所に嫁ぎましたが、電話はいつも長電話。相談し合い助け合っていました。

両親はすでになく、一番上の姉は十年も前に逝きました。みんなみんなやさしい人でした。

――喜びもうれしさも六倍でしたな。

自然の中で



千葉県原市 竹内静江

貸し農園を借りて2年前からスイカづくりに挑戦しています。一昨年は9個なり、それはそれは感激しました。昨年は赤と黄の小玉スイカを植え、肥料や水やりに気を配ったのに、次々とカラスにつつかれ、くやしさに傷ついたスイカを食べられる所だけ食べました。でもなんと美味しかったことか！もち今年も励めます。



新潟県燕市 土田左斗美

たわわに実った数珠玉が風にゆれています。父がお手玉を作る私のために、どこからか一粒のタネをもってきて植えてくれて、昨年はたくさんのお手玉が作れました。あの軽やかな音色は、あざきとは違います。子供の頃を思い出します。一つ、二つと数えたことを。

――ステキな女性たちにカンバイ！

助かる道

金がなくて夜も眠れぬとき、思い切つて借金の手紙を書いてみた。しかし朝、明るくなると、どうしても手紙は出せなかった。けれど一晩中思ひつめ、金のないつらさは残った。がんばろうと張り切る力が湧いてきた。借金するつらさよりは、一倍にも三倍にも働くことだ。自殺を考えている人に「一晩よく考えなさい」とすすめたら、ますます死ぬことはかり考えてしまった。考えて救われないときには祈ることだ。自分の願いを一心にかなえていただきたい、この困難を乗り越らせていただきたいと願うことだ。死ぬことを考えずに、生きることが願えば、必ず助かる道が開くのだ。

鈴木清一

娘と孫の里帰り。35年前のタライです。



岡山県真庭市 福島綾子

●みなさまからお寄せいただいたお話をもとに新聞をつくってまいります。

どうぞ、あなたが体験した嬉しかったこと、誰かに聞いてもらいたいことなど、身近な話題をお寄せください。

●投稿には、名前、年齢、職業、住所、電話番号、現在ご利用のダスキンの店名をお忘れなく。

紙面やホームページでご紹介させていただいた原稿や写真にはお礼をさせていただきます。

●送り先。

〒108-0072 東京都港区白金2-6-8

ダスキン「喜びのタネまき新聞」編集室

電話 03(5488)1372

e-mail: koho2@mail.duskin.co.jp

●2ページの斉藤吉一さんの連絡先「庭の音」は
FAX: 0424-89-9488 e-mail: garden@kd5.so-net.ne.jp
ホームページのアドレスは www.monogusa.net

●4-5ページの棚瀬蘭子さんの「おしゃべりなおての会」
ホームページのアドレスは www.geocities.jp/otetenokai/

あなたのお便りや
写真をお寄せください



サンタと夏

静岡県焼津市

大石安栄

「お母さんちょっと待って、ばくこの店を思い出しに写しておきたいから…」淋しそうな顔でもちゃ屋「サンタ」の姿を携帯カメラでカシャリ！十六年間通ったこの店の大好きなおじさんは、夏を最後に店を閉め焼津を離れてしまふ。

沼津から帰省した息子は、まっすぐ「サンタ」に向かった。最後のおじさんとの会話に少し照れ気味だ。小柄なおじさんの前では一七四cmの息子も小学生の頃と何ら変わらない子供に見えてしまう。親には話せないことも、おじさんにはずいぶん相談していたらしい。本当にありがたい存在であった。「野球がんばってなあ、来年の夏も楽しみに新聞見るからなあ」そう言つて高校球児の息子を励ましてくれたそふだ。

——そして今年の夏、がんばってますか？



幸せ

大阪府吹田市

中谷統子

目の不自由な方の老人ホームへ慰問に通い出して早十五年。楽しみの少ない日々で大いにリラクして頂く、ゲームや歌、感動したお話をお聞かせするなど、あれこれ趣向をこらして月二回いそいそ出かけます。

いつも待っている九十歳のAさん。生後すぐ失明されたのに、一度も愚痴を聞いたことがありません。「どうして？」と尋ねましたら「文句や愚痴を言つても何の得にもならん！自分は人間に生まれてきただけでも幸せに思っている」と言われました。

私は深い感動を覚え、同時に五体満足で何の不自由もなく、無自覚に生きてきた自分が恥ずかしくなりました。残りの人生は感謝と反省の出来る人間で生きていきたい。

——「ありがとう」って言いたくなりました。



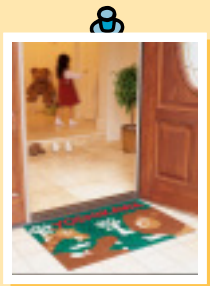
第2回フォトコンテストに ふるってご応募くださ〜い！

●締切/2005年9月30日(金)当日消印有効 ●発表/11月中旬 ●テーマ/笑顔 ●賞金/優秀賞10万円(3名)入賞1万円(10名)佳作5千円(37名) ●規則/1人5点以内 サービス版以上四つ切り以下 プリントのみ。応募作品の返却はできません。 ●応募先〒108-0072 東京都港区白金2-6-8 ㈱ダスキン 東京広報室「あなたの喜ぶ顔」フォトコンテスト事務局 ☎03-5488-1372 ●詳しくは、下記のホームページをご覧ください。

ホームページでも

「喜びのタネまき新聞」や昨年の入選作品がご覧いただけます。ホームページのアドレスは
<http://www.duskin.co.jp>

ダスキン豆知識 クイズ



Q. 「ダスキンの玄関マットのデザインには、迷う楽しさがあるね」と、お客様。いったい何種類ぐらいあるのでしょうか？



A. その数、なんと300種類！ゆっくり迷ってください、ね。

ダスキンの家庭用玄関マット オーダーメイドタイプのカatalogは、お気に入りにとどり着くための迷路のようなもの。ヨーロッパスタイル、和・モードスタイル、アニマルランドなど9つのカテゴリー・300種類。迷う楽しさが、たっぷりあります。お好きな2枚をチョイスしていただいたら、お名前やメッセージを入れて、お届けします。もちろん、靴底が持ち込む汚れをしっかりキャッチして、玄関をいつもキレイにキープ。さあ、おしゃれとキレイを欲ばりましょ。

あなたの喜ぶ顔が見たい。

玄関は、私のセンスの見せどころ！

選びがいある300種類。

さまざまな玄関のイメージや、センスにフィットする多彩さ。

2種類をピックアップ。

おなじものを2枚でも、違ったデザインを1枚ずつでも、OK。

外からの汚れ、進入禁止。

マットの特殊パイルが砂、ドロ汚れを除去。小さなホコリは吸着剤の働きでキャッチ。

定期的にお取替え。

マットは4週間ごとにお取替えします。お手入れいらずで、いつもベストコンディション。



ダスキン家庭用玄関マット オーダーメイドタイプ

4週間標準レンタル料金 **1,155円(税込)**

■サイズ:約60×90cm ■素材:パイル/BCFナイロン ゴム/合成ゴム ■重量:約1,250g ■厚み:約10mm ■機能:吸着剤加工(SOA加工) 静電気防止機能(ボルター機能) 防炎機能

※写真と実際の商品の色は多少異なる場合があります。あらかじめご了承ください。※デザインごとに表現できる文字数に制限があります。詳しくはお客様係にご相談ください。

※この用紙は再生紙を使用しています。

●この新聞をお届けしているのは

株式会社 **ダスキン**

発行：広報・広告部 〒564-0051 大阪府吹田市豊津町1-33

編集：「喜びのタネまき新聞」編集部

〒108-0072 東京都港区白金2-6-8

TEL:03-5488-1372 FAX:03-5798-7523

【お客様の個人情報のお取り扱いについて】

お客様の個人情報は商品のお届けや回収、サービスの提供に利用させていただきます。また、後日商品やサービスのご案内をさせていただく場合があります。なお、お預かりした個人情報はダスキングループ企業と加盟店の範囲内で利用させていただきます。配送業務等で個人情報を外部企業に委託する場合は、弊社の厳正な管理の下で実施します。個人情報に関するお問い合わせや、ご自身の個人情報の開示・訂正・利用停止については、下記ダスキンコールセンターまでご連絡ください。

■ダスキンコールセンター

0120-100100 www.duskin.jp