まことに小さな地活が、開化期を迎えようとしている。

2025年3月１日発行
～地活たより第64話～

坂の上の地活

地活とは地域活動支援センターの略である
サブタイトルは毎月変わります！
地活は相談支援事業所ではありません

決断は一瞬じゃが、正しい決断を求めるならその準備には何年、何十年とかかろう。
よか相談員とは何か。地活のためにも、よう考えてほしか。

年の数だけキャベツ太郎を食べる

キャベツの高騰が中々おさまらない今日この頃。「キャベツが高くても、キャベツ太郎があるさ」そんな声もでてきそうなので、キャベツ太郎を大量に購入してきました。節分の時期でもあったので「年の数だけキャベツ太郎を食べるらしい」と盛り上がりました。キャベツ太郎は1袋90グラムなので、１ｇ１個なら90歳で1袋なのかなと計算。利用者様から「沼津市は、節分に年の数だけキャベツ太郎を食べるんですか？」と質問がありました。「〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇に聞いてみたら」と回答。地域生活支援センターふれあい沼津は、キャベツ太郎の消費量では、全国の地域活動支援センター中でも、かなりの上位にくるのではないでしょうか。キャベツ太郎の味は癖になりますね！

目指したのはチカツ別格
最＆強どん兵衛　炊き込み御飯

皆様覚えていますか？数か月前に「どん兵衛炊き込み御飯」を行ったことを。その企画「最強」になって帰ってきました、コンセプトは「目指したのはうまさ別格」
下ごしらえとして、「通常のどん兵衛」「最強どん兵衛」を食べて比較する所から始めました。麺が太く、おあげがデカい！その上で、前回のどん兵衛炊き込み」で課題だった「水」の量を意識しながら、炊き込みご飯を作りました。トッピングに付属している「特製ゆず七味唐辛子」を使用。前回よりは格段に良い出来栄えに。水分量が難しく、3合以上作るには更なる調整が必要です。
皆様は知ってました？「最強どん兵衛」シリーズには「カレー味」「鴨だし」もあるんですよ～。そして日清アレンジレシピは凄すぎる！

なんちゃって居宅介護

地域生活支援センターふれあい沼津では、常連様や計画相談支援対象者に向けて「なんちゃって居宅介護」を行う事があります。一番多いのは「引越し」なんですが、今回は「なんちゃって家事援助」で「豚汁作り」を行いました。一緒に料理を行うと、障害区分認定調査以上に、本人の能力を見極めらます。本人は「ハイミー」を隠し味に使いたいとこだわっていました。

施設、見学しに行っても良いですか？ 第54話

静岡県三島市にある「社会福祉法人清和会老人福祉センターヴィターレ」を見学させて頂きました。こちらの施設は、老人福祉センター・３つのデイサービス・居宅介護事業所を行っています。もともとは競輪関係のトレーニング施設であり、運動の設備が充実していますが、「ハード面よりもソフト面に力を入れている。」と教えて頂きました。人財に力を入れている職場は、雰囲気がステキです。

今月の漫画コーナーオススメ本

「ホタルの嫁入り」

著者　橘　オレコ

*プロミス・シンデレラの橘オレコさんの作品。*さらわれた女性と殺し屋が恋に落ちる話。さらわれた場所が、吉原遊郭と似たような舞台にしているので、大河ドラマと合わせてみると面白いと思います。

今月のスタッフオススメ本

「近畿地方のある場所について」

著者　背筋

祝！映画化。近畿地方の某所で色々と問題が発生しており、その場所が読者には伏せられている。色々と考察もされているので、考察と合わせて読むとより楽しめると思います。

「真実の原敬」

著者　伊藤　之雄

平民宰相。変わらず歴代日本内閣総理大臣の中でも評価が高い人物。東京駅で暗殺されなかったら、太平洋戦争が無かったと言われている。「宝積」を糧に「天下与共に春風に坐さん」の考え。原敬の凄さは山県有朋との関係性が絶妙すぎる。

医療法人社団　静岡康心会
「地域生活支援センターふれあい沼津」
地域活動支援センター
指定・一般相談支援事業所
〒４１０－０８６３
沼津市本字下一丁田８９７
TEL　：（０５５）９５４－２７３５
FAX　：（０５５）９５４－２７３６
E-mail：ayumi-tiiki@fureai-g.or.jp

「何歳の頃に、戻り編集後記を書きたいのか？」

（音楽を聴きながら読むと、ちょっと良い文章に見えてくる編集後記）

①　皆様ご存知の通り、自分は「朝食」「昼食」を食べない時が多いです。（昼食誘われた場合は行きます）何もない仕事の日は1日300円で生活しています。健康診断でも体重が4キロ痩せました。実はこれは物語の伏線だったのです。全ては「わんこそば」を食べる為に。そんな訳で４回目の岩手県盛岡市で、初の「そば処東家」に行って来ました。１人で行ったのですが、わんこそばは店員さんの関係でグループ単位で行うそうです。後ろで並んでいた東京・長野から来た20代女性2名と一緒に食べる事に。かくしてわんこそばの挑戦が始まりました。女性達と世間話をしながらわんこそばと食べると、どんどん食べられますよね。東京から来た女性は「わんこそば100杯食べられたら、困難な仕事も乗り越えられる気がするんですよね。」なんて前向きな台詞を話していました。わんこそばも「１７１杯」食べる事ができ、無事に証明手形も入手しました。自分も困難を乗り越えられる気がします！どんな困難が待ち受けているのか楽しみ。

BGM　浜崎あゆみ　「SEASONS」

②　確定申告をしてきました。今年の確定申告は「定額減税」の項目があるので要注意です。確定申告は、10年前と比べてものすごく簡単になりました。今年なんて証明書も提出しなくて可と言われました(笑)　確定申告の還付金の額が予定よりも多く、脱税ではないのかと5回も見直しました。仕事で働いている間の目標に「1回で良いから月給よりも確定申告の還付金が多くなりたい」と新たな目標が出来ました～。2026年もガッツリ還付金をゲットします！今回の還付金で、とある株式を購入。今年目標に掲げていた「アーティストのライブに行く」を達成する為の株式であり、知っているアーティストが来るのか？今から楽しみにしたいと思います。ただ、普通にチケットを購入してライブ行く形式と違う気もするので、一般的な手順でアーティストのライブを見たいなという葛藤が・・・。

BGM　NiziU　「AlwayS」

③　異動・転勤・転職が多い時期になりました。異動・転勤・転職しても個人が変わる訳では無いので、全く違う分野になったとしても、今後も変わらず相手をして頂けると嬉しいです。これからの話をして行きましょう！それでも時々は過去の話で盛り上がるんですよね、今起きている2025年の話は、2030年くらいに話すと盛り上がる気がします。自分が転勤した場合も末永くお付き合い下さい。

BGM　ももいろクローバーZ　「天国のでたらめ」