

ゆめサロン

便り

平成 26 年

10 月 3 日

吉賀町ゆめサロン

No. 244 256

天高く馬肥ゆる

秋です。



皆様お元気でいい秋をお迎えのこと
と思います。元気で秋を楽しめるよう
に頑張りましょう。木犀の花の香りが
風に乗って安らぎを与えてくれます。

苦手なもの

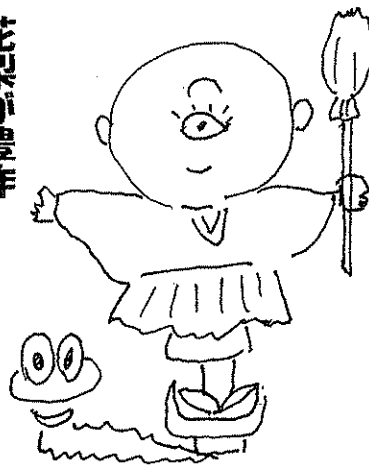


誰にもそんなものはあるらしいので
すが、先日聞いた話です。
蝶やトンボが苦手だといわれるので、
そんなもんは怖くないですよ。こつち
にわざわざ書つては来ないから、それ
より私は、アゲハの幼虫などのウヨウ
ヨしたものが大嫌いです。この前は妹
はお化粧した顔の幼虫を見て外へ出ら
れないと言って、前の畑の茄子は葉つ

ばは殆どなくなっていました。夫が見る
と大きな芋虫がいたのだそうです。私は
あんなものを見ると高熱が出て、頭もい
たくなるのです。きつと前世があるなら
大きな桑の葉だったかもしれませぬ。

クモが嫌いな人もいるし、蛇が嫌いな
人、ムカデが嫌いな人、いろいろですが
兎に角、苦手意識を持たれるという事は
淋しいことです。でもあの幼虫や蛇には
かないませぬ。苦手を超えて怖いです。
妖怪はみてみたいのですが……。

花梨が豊作



春に白いピンクがかった花を咲かせ
てしばらく楽しませてくれたかりんが、
今年も豊作で、それこそ、たわわに実つ
ています。ところがこの花梨というもの
はどうしたらいいのかわかりませぬ。焼
酎に浸けて飲んだら咳止めになるとか

いますが、こんなに多くはいらな
いでしよう。どなたか、欲しいとい
って下さる方は喜んで差し上げま
す。吉賀町保健福祉課ゆめサロン
の係までご連絡下さい。またいい
使い方があれば教えて下さい。

近所の人に上げましょうかと言
ったら、どうするの？精力がづく
のならない。といわれました。そん
なもんつくでしようか。切ってみ
ただけ、香りもしませぬ。取りあえ
ず、薄く切ったものを一個ほして
みます。猿も取りに来ませぬ。もし
かしてアンチエイジングの果物だ
つたりして。と想像を膨らませて
ニンマリ…する私です。

お元氣

皆様こんにちは

お元氣のことと思います。秋はまた



いいですね。眠っていると、木犀の香
りがあるこの体を包んでくれます。
あるこはすっかり、例のあの餌のと
りこになって、乾いたキャットフー
ドはたべたくなくなりました。どう
も飼い主は安いのをかってくるに違
いありません。乾いたキャットフー
ドでも高級なのは美味しいです。だ
から、美味しいお氣に入りの餌をく
れるまでお皿の前に座つてまちま
す。執念深いようですが、猫なんです
から……。だからこのごろはう
んちの回数も減り飼い主は楽になつ
たことでしょう。ではまた……。

おくやみ



藤根和子さんが九月二十九日お亡く
なりになりました。謹んでお悔やみ申
し上げます。いつも明るく話して、私
たちメンバーを勇気つけてくださいま
した。ご冥福をお祈り致しますよう。



ゆめサロン

便り

平成 26 年

10 月 6 日

吉賀町ゆめサロン

No. 259

秋本番です



皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。台風十八号はこの地方には大きな被害もなく過ぎたように思いますが被害にあわれた方々には心からお見舞い申し上げます。早くすつきりとした秋晴れを待ち望むところです。

かりんその後

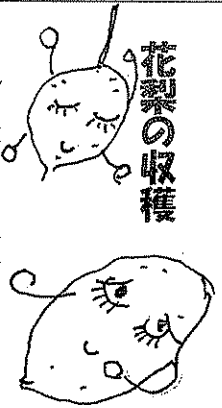


益田のかたでサロン便りをいつも見て下さる方から、かりんは蜂蜜に浸けておくと風邪をひいたときに飲むといひそうです。私もいただきたいけれど、ゆめサロンに参加すればいいのでしようか。とメールを頂きました。早速送ってあげることになりました。私は、平

成十九年にホワイトリカーに浸けたのですが、風邪をひいてもお医者様に頼り花梨酒のことはすっかり忘れていました。出してみると、赤ワイン色で、透明な液になっていました。三年以上だとさらに薬効が強いつきいたことがあるので飲んでみました。何ときついお酒で、甘くておいしいのです。自慢げに夫に飲ませてみました。実は夫はかなりの酒豪なのです。冴えない顔をして、「薬と違って飲めば飲めんこともないが・・・と複雑な顔です。そんな時夫の友達が来られました。夫に、「これを上げてもいいか」と聞くと、「そんなものは迷惑だ」といいます。そこでわけを話すと、大喜ばれ、貰おうといって下さいました。その方は薬効をよく知っておられたので、それから、お客さんがこられるたびに、花梨を差し上げるととても喜んで下さいます。夫は気の毒そうに見えています。



花梨の収穫



これが大変なのです。背の高い木に大きな実がぶらんぶらんとなつてるので木をたわませて倒し、実をとるのですが、木が折れてその始末に困ります。夫はこれ以上いらんろう。といつてやめてしまいました。

私は、これで台風がきて風で実が飛んで、通っている車に当たつたら迷惑だから採りたいけれど、それを言うと、そんなことにはならん、と断言します。花梨のためにこれ以上悪い雰囲気になるのは嫌なので我慢しました。でも寝ても覚めても心配はとれません。次の日もつもよくしてくださいませ方が歩きませんか。と言われました。歩いて話して、別れ際に、「花梨をもぎたいんだが手伝って下さいませんか。」という快く応じてくださつたので、しめたとはい、とりかかりました。とても届く高さではありません。雨が降りそうです。ここから切

つたらいいんだがねえ。といわれたので切ってください。といい、切り始めました。それはまさに四苦八苦でした。ロープで縛り、引つ張る私、それを錨でたかかれた奥さん、そこで木は轟音と共に倒れたのですが花梨の実が道路にころころころころ・・・そこに車が・・・奥さんは手をかざして車を止め、そこで花梨を拾う私たちは、みじめでした。奥さん曰く、「ご主人はびっくりされるだろうね。」と。夫に話しても夫はそれよりも大変な、大役をこなしてきたのですからいいませんでした。来年になって、花梨がならんなあと言ったら話すことにしましょう。

あるじはなにもかまっています。



益田日赤の看護師さんが緩和ケアアドバイザーの勉強のために、ゆめサロンに参加してくださいませ。十二月になると思っています。

嬉しいお客様



ゆめサロン

便り

平成 26 年

10 月 9 日

吉賀町ゆめサロン

№260

秋の中で



とんぼが青い空の下、泳ぐ様に飛んで、時折こすもすの花びらの上で羽根を休める、そんな日、静かに吹く風も遠慮がちです

昨夜は皆既月食でした。晴れた空に不気味とも思えるような、色をした月が、空に浮かんでいる様子を見ると、不思議な世界にいる気持ちでした。皆様はどんなお月見をされたでしょうか

初めまして



益田の方に逢って、花梨を差し上げる為に、とうか押し付けるために、イオンの入り口の側のベンチに腰掛けポオーっとしていますと、一人の男

の方が傍に座られました。私は花梨を入れた大きな袋を膝にのせて、通る車に気を取られていますと、男の方は空を見上げて

『ええ天気じゃが十時になったら風が吹くぞ』

と言われました。私は不思議に思っ

『台風十九号の風がふくんですか』

というど呆れられ、

『昔から言うろう、十時になったら風と坊主がたついうて、お寺さんは法事にい

くろう、それが十時か十一時じゃろう』

と言っ

て私にいろいろ教えて下さるんです。そこで私は、花梨というものを知

っておられるか聞いてみたのです。

あれはいい、喉が痛い時はすぐ治る。葉

になるが滅多にないものじゃ。と力説さ

れました。そこで持っている中でも青い

のをだしてこれは青いから駄目です

か？というところなのが焼酎につける

にはいい、香りがええのがいるならさい

ろいのがええが喉に効くのは青いのじ

や。と言われました。しめた！と思っ

た途端益田の方からの携帯が鳴り、その男

性にお礼を言っ

いろいろ教えて下さって、不思議な方だと思いました。考えてみると、こんな青いものをとってはだめだといわれなかつたのは、もい

だものは、木にくつつけるわけにはい

かんからそ

ういわれたのかも・・・と思

い始めま

した。

花梨はよく熟したらとても香りが

よく、真つ黄色になるのはこの前日、

親しくして下さる奥さん

から聞いて

知っていた私は、青いのを

もいだと

を突は気にして

いたのです。

そんな私を益田の方は、

いいよ、

花梨は来年をまてばいいのだから

ね。と慰めて下さり、

多くの方にお

世話になった花梨騒動記でした。



ん。そんな時は例の餌をもらうことは出来ないで、仕方なくキャットフードを食べて待ちます。飼

い主はどこも

鍵をかけて外から何も入

られない様に

してくれませんが、あ

おんあおんと気持

ち悪い鳴き声で真つ黒

な猫どもがある

こを誘いに来ます。飼

い主が帰つたら

もう怖いものはあり

ません。飼い主が

お風呂に入つてもある

こはじつと見守

つてやります。皆既月

食というものを

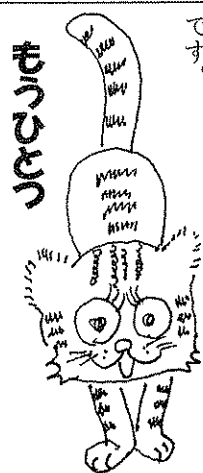
飼い主たちが見ると

きもあるこは一緒

にみています。勿論寝

る時もいっしょ

です。だ



だけど朝はやっぱり飼い主はおこしてやらないとダメなんです。朝は五時、例の餌の時間です。今日も元氣です。

名前も知らないその人に教

わったこととは、ひと

とは歩くことが大事だ。自分

は朝二時間歩く、ポ

ケットから手を出

して正しい姿勢で歩

かなければいけ

ない。と言

われました。やはり

風は朝十時に吹

き始めました。なんと

ゆめサロン

便り

平成 26 年

10 月 19 日

吉賀町ゆめサロン

№261

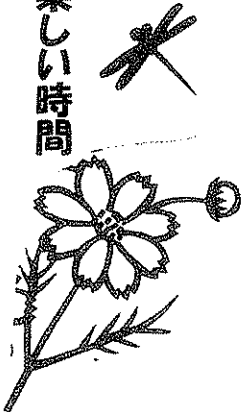
十月のゆめサロン

例会



空は抜けるように青く、とんぼが群れから離れて自由に飛んでいます。癒を患った身でも、自由に、参加できるゆめサロンは私の居場所とばかり、心が躍ります。ところが今回は、今までにない皆さんのお忙しい日となり、それかといって日を代えるには間に合わないで、実行することになりました。気圧も安定していて気分も最高です。

楽しい時間



会場に着くと、出雲から来られた学生さんお二人と、先日電話を下さっていた益田日赤の看護師さんが保健師さ

んと迎えて下さいました。そのあとで社会福祉協議会の看護師さんも参加して下さい、この日の会場の平均年齢は四十くらいになったでしょうか。勿論高齢の患者二人を入れてです。学生さんたちは保健師さんになられる勉強をなさっており、日赤の看護師さんは、緩和ケアアドバイザーの資格をとられる為に勉強されているようです。会の初めに先日お亡くなりになった藤根和子さんのご冥福を祈って黙とうをさせて頂きました。その後は、参加して下さった方々に自己紹介をしていただき、患者経験者の経過報告をしたりしました。最後の三十分はいつものように歌い脳トレをさせて頂いていただいて人数は少ないけどそれを感じさせない、いつものような楽しい時間がアツという間に過ぎて行きました。患者経験者の意見で、お医者様に不調を訴えれば、加齢です。と言われたりどっち側のお乳が乳癌だったのかしられないだろうと思うくらい、体を見て下さらないという悩みをうちあげられたり、お医者様に癒されたのは、又体重が増えました。と言ったら、いいじゃないかこれからモデルになるわけじゃないか

ろうし、と言って下さり、安心したな
ど、思いを打ち明けて、保健師さんや
看護師さんにきいていただき、晴れ
晴れた時間でした。



保健師さんより

仲間の会の集い
時 十一月二十二日 土曜日
一時半から三時半

講師 日本わらい学会副会長
昇幹夫先生

誘い合わせて参加してください



お待ちせしました。

ゆめサロン、シルバー(知彦)

独り言 生き方講座

●十月のわたし
●とにかく動く
●そして静かに！九月に続

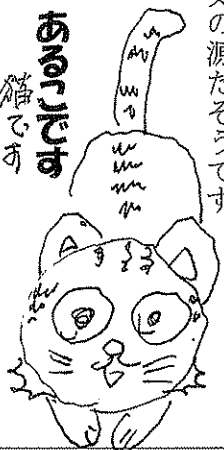
いて——
◎あいうべ体操、パタカラ運動
おかげかペラペラ話せるわたし、
あいうべもパタカラも舌をよく動か
す目的のお口の運動です。
●はつきり話す
●大きく口を動かして、笑ったり、
歌ったり。

こんな知彦に なりたいと思う あいうべ体操は次号で詳しく。

いつも

原稿を有り難うございます。

この方は、いつもいいことを教えて
くださいます。話す、歌う、聞く、食べ
る、笑うが生きとし生けるものの元
気の源だそうです。



今回は飼い主から一言

飼い主がいなくて他所の方
が来られてもお愛想しないで知ら
ん顔して居なさいよ。と言いつけ
たらこのところそれを実行して飼
い主の友達を無視したらしいです。

ゆめサロン

便り

平成 26 年

10 月 22 日

吉賀町 ゆめサロン

No.262

いよいよ

秋本番です。

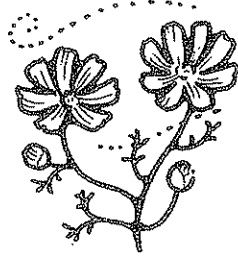


皆様お変わりなく秋を満喫していらつしやることと思います。

庭の花々も、虫の声もすっかり秋の中で、この世に居させてもらう喜びを感じさせてもらう時、幸せを感じるこの頃です。体に気を付けてお過ごしください。

投稿

不安



このところ、よくものを忘れるのは他人の事だったら、そのくらいのことはあるよ。何年もいきているんだから。と思うのだがいざ自分のことになるとそれではすまされない。この間から

続いて、あるはずのものが無い。

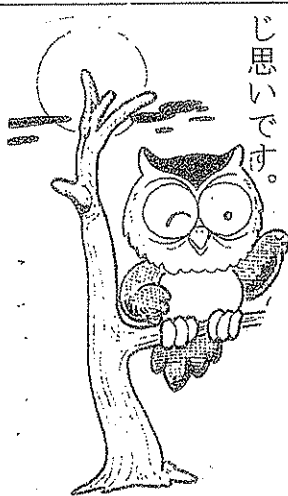
「ああとうとうきたか」

では済まされない。そんな時必ず口に出して言う私、肩が痛い、えらい（しんどい）〇〇が無くなった。というが夫は無視、無視、無視。夫にとつてはただの雑音なのだろう。「聞いてる？」「聞いてない！」しかもそんな時の雰囲気は家じゅう暗い。「私になにもわからなくなった時、私を捨てて山に捨ててね。わざとではなく何もわからなくなるのは悲しいけど無視されたり叱られたりするの嫌だから」

夫からは何の返事も無い。やはり聞いてないらしい

千草

有り難うございました。私も同じ思いです。



十一月サロン

十一月二十二日の仲間の会の集いにかえさせて頂きます。ご参加ください。

お婆ちゃんの知恵

*トイレの匂い

これは困るものです。昔からいうのは、マッチを擦ると硫黄の匂いで消えるのです。お試しください。



*魚焼きグリルの掃除

水 三百ミリリットル
片栗粉 大匙七杯

これをしばらくおいてゆっくりめくるように剥がす

お試し下さい

私は猫の

Shiryo



皆様こんにちは

お元気ですか。あるこは大分としとつてららしいのですが、今のところ

元気に楽しませて貰って居ります。

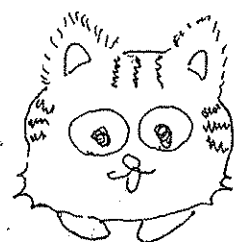
このところ、あるこを見に来たよ。と言つて下さる方がよくあり幸せな猫です。飼い主はよく、留守をするとき家じゅうの戸を開けたまま、すぐ帰るからね、と出ていきます。でもあるこは犬じゃあないんだからむりなんです。番犬というのはあるけど、番猫なんか聞いたことがありません。来られたお客さんが、飼い主に電話であるこも居らんかったよ、といわれるところをみると番猫でも良いのかもしれません。今日も美味しい猫用缶詰めを貰うために飼い主に甘えています。猫は甘え上手ですから...

四字熟語

熱願冷諦

ねつがんれいいてい

熱心に願う事と冷静に本質を見つめること



晩秋ですね



皆様お変わりなく、お過ごしのこととお喜び申し上げます。秋を愛する人は心深き人、という歌詞を思い出します。心は深く暗くはならないでと自分に言い聞かせる私です。

気がつけば



あたりの景色はいつの間にか赤や黄色に変わり、晩秋の装いになっています。先日から編み物に凝っていて自分の手元しかみて居ませんでした。そんな日々、夫が一泊二日を出かけることになり、まあこんな日もあったらリフレッシュ出来るのだ。と

たかをくくっていたのですが、朝、布団干し、蔵の窓を開けて風を通して、と忙しくしていた時です。ふと目に着いたのが、オスの牛があげられたような足跡です。家の周りにかんりの土をけつたあとがありました。それからもう駄目です。いい年をして、動物ごときに恐れまい、でも気持ち悪いなあ、クマか、イノシシか、猿ではないなあ夫には、電話をかけないで、うちの事は忘れていっといで、と偉そうなことを言っているから当然、電話などかからない、糸の切れた風状態、変な事に気がついたものです。そんなわけで、

独居なんとやら生活をやってみました。今かなりひどい風が吹きました。すると赤く染まった落ち葉や黄色い落ち葉が風にあおられて行きます。まさに晩秋、もうこんな時期なんですね皆様お元気で過ごしてください。

小さな訪問しゃ



窓ガラスをふいて綺麗になったと満足して、炬燵に入りました。そこへ

可愛い、体が茶色い小鳥が空中に浮かんだように羽を飛ばたかせてこちらを覗いておりました。くちばしを窓にぶっつけないで、と祈るように見ながら、綺麗にするのも考え物だと思ふ私です。滅多にしないからですね。

Speciale



皆様こんにちは

お変わりありませんか。このところ失礼ばかりしてしまして申し訳ありません。実は飼い主が、サロン便りは不定期発行だから大丈夫、とあるこの出番を作ってくれませんか。眩暈がする、と言ったかと思うと、治ったからと、編み物に凝ってあ

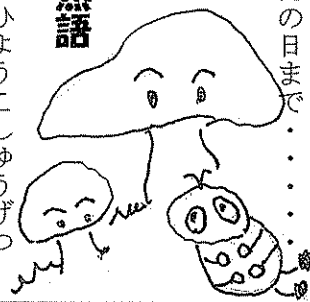
る子を見ることもしません。なにを編むのかと思うと、何本ものストールとやらを作り、満足しています。あるこのも作ろうねという

けど欲しくありません。飼い主のツレが泊りがけで出かけるとあるこは、飼い主の面倒を見るのが大変で、今朝は朝の四時五十分に頬つぺたを舐めて起こしてやりました。煩くしないと起きないので。あるこは飼い主を誘導する仕事をしなくてはなりません。飼い主が手抜きをすると、いつまでも飼い主の顔を睨んでやるのです。そして煩く鳴いてやりますと、「わかった、わかった」といいます。世話の焼けるやつです。飼い主のツレは、きつと気楽に過ごしているでしょう。では皆様お元気で過ごして下さい。またの日まで……

四字熟語

氷壺秋月・ひょうこうしゅうげつ

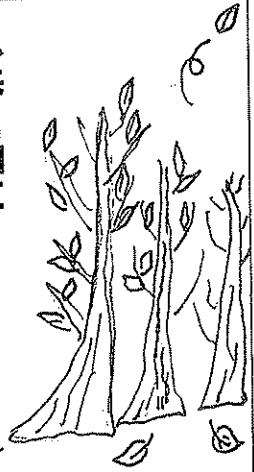
心が大変清く明らかであることのとえ。氷壺は氷のはいつた白玉の壺、秋月は秋の月



ゆめサロン

便り

平成 26 年
11 月 23 日
吉賀町ゆめサロン
NO 264



小春日和に

うちの粗末な庭にも季節は忘れずに、立ち寄ってくれて、小さな鉢植えのカエデや樺やどうだんつじも綺麗に紅葉しています。季節と年齢は何もしなくても向こうからやってくるのは、地球の自転、公転を証明している。ということなのでしようか。皆様お元気で過ごしていることと思います。十一月のサロンがなくて、仲間の会に変わりました。十二月にお会いすることを楽しみにしています。



仲間の会

久しぶりに出かけるとあって、子供の頃の遠足気分、便乗させて下さる方を待ちながら季節の移ろいの中でゆく秋を惜しむ私でした。会場についてみると、先生のご登壇を待つ人で、いっぱい、懐かしいお顔もちらほらあり、嬉しく思いました。安保徹先生の提唱されたガンは免疫抑制の極限でおこる病気（副交感神経過剰緊張状態の持続）。だからガンは笑って治そう。



- 一、笑う事
 - 二、泣くこと
 - 三、人に話を聞いてもらうこと
 - 四、お華粧すること
 - 五、楽しく歌う事
 - 六、良い睡眠を十分取ること
 - 七、冷たいものを取らない、冷やささない、
- つまり、心地いいと思うことが大切 健康法をまとめると、
食 動 息 思
あつという間の時間でした。また、なかよし会の活動報告をしてください

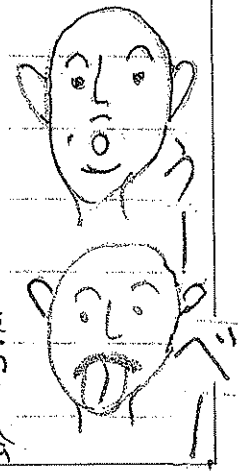
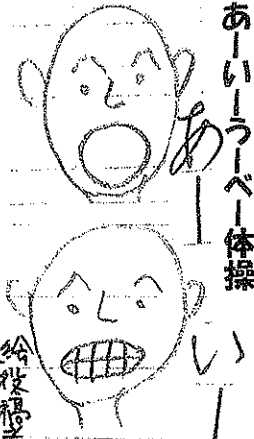
みなさんの、支えられながら充実した生き方をしておられる様子を見かせて頂き、感動しました。

ゆめサロンシルバー（知恵）

ひとりごと生き方講座

秋の夜長に、ポツネンと、
今 昔もの 思い
今昔 物 重い
今昔 コロンの匂うよか乙女
今昔 物 重い

あーいーうーべー体操
あーいーうーべー体操
あーいーうーべー体操



パ、タ、カ、ラ、体操 投稿者、絵
パ、タ、カ、ラ
と口を大きく開いてゆっくり発音十回、その後 早口五回、口呼吸になりがちな人は、ぜひ続けたいということです。
みなさんこの講座を楽しみにしておられました。



ありがとうございます。
こんにちは皆様お元気ですか。猫のあることも元気です。紅葉した葉っぱが落ち始めて木の下に絨毯の様に敷き詰められた上に寝転んで、ごろんごろんとしているとまっかな赤トンボがよってきます。飼い主がくれる缶詰めを食べて枯葉の上でころがるのはあるこの至福のひと時です。

ゆめサロン

便り

平成 26 年

12 月 21 日

吉賀町ゆめサロン

No. 265

十二月のサロン



お久しぶりです。この前の会は、仲間の会に代わりましたので久しくおあいしていないようで、お会いできる楽しみはひとしおでした。

今回は津和野のサロンの方が五人いらして下さり、そのうちのお一人は癌ではなく、ボランティア会員さんで、もうお一方は保健師さんです。こちらの方も全員出席されて有意義な時間を過ごすことが出来ました。有り難うございました。

津和野のゆめサロン



その会は、楽しく私たちの知らない事を教えてもらったり、又、悲しいことは、今まで親しくお付き合いして下さった方が、お亡くなりになったことも知り、みんな心の中でご冥福

を祈りました。癌は色々な種類があり、誰も病状は違うのだろう。と思うしかありません。でも私たちは一人ではありません。こんなに仲間や、ボランティアで支えて下さり、町の保健師さんはいつもお支えて下さっていることを心強く、感謝します。



ゆめサロンシルバー(知彦)

ひとりごと生き方講座

○加齢、加齢と嘆かずに

今日も ちよっぴり 華麗に生きる。

三時間待って 病名「加齢」です。という川柳があります。

遅かれ早かれ、やってくる老化現象です。くよくよしないこと。

あちちよっぴり口紅が濃いかつた。

この服の色(一寸派手だけどー私の大好きな色。よし、今日はこれ着て行こ。

この服には、このエプロンがいい

たまにはマニキュアも・・・ウヒヒヒヒ・・・風呂上り、耳もとにオーデオロン。

私はこんなことも華麗と思っています。



いつも素敵な投稿を有り難うございます。なおこの次の新年からは、ゆめサロンシルバーから、ゆめサロン老少女(おとめ)にかわるそうです。又素敵なネーミングでのご投稿を楽しみます。

よろしくお願いします



聞いた話

駐車場に入るときに、通らなくてはならない関所がありますね。駐車券をとるための機械の側です。友達の前車が、えらい離れて停まったが取れるのかなあ、と思っ

てさつと取つたら棒が上がり、何事もなく車を進めて行かれたそうです。女性だったそうです。その話を面白おかしく話してくれた人・・・楽しい人です。



あまごです

みなさまこんにちは。お元気ですか。ある子も元気で飼います。寒いですがね。飼い主達が病院に検診に行った時の寒かったことは話になりません。ある子は飼い主のツレの蒲団の中でまんじりともせず寝ていました。嚴重に鍵をかけてどこからも出られなくて出ていきました。ある子は飼い主とじゃんけんをして遊ぶのが好きです。でもある子はぐーしかできません飼主の嬉しそうなこと・・・そしてあるこのまけーと言ってバカにします。そんな単純な飼い主と過ごしています。でもご褒美と言って大好きな猫缶詰めをくれます。では又・・・