



ひだまり 通信



VOL-242 (隔月1回発行)

令和6年3月、4月号



春本番！です、途中で夏日もあったりして、極寒の冬という感じではありませんでしたが、待ち遠しい季節には間違いありませんね。確実に桜のつぼみも膨らんでワクワク。さあ、新しい事始めましょうか！

【ひだまり】 月曜日～金曜日
10:00～16:00

【安心おとどけ隊】 随時受付

講座とギャラリーのご案内

新教室

【「Happy クラフトカフェ」 お好きな時間でどうぞ！】

3月14日(木) 予約不要

パンチで作る花(マーガレット) クリップ



- 時 間 : 10:30～12:30
※制作時間1時間～1時間半
- 参加費 : 700円(材料費別200円)
- 持ち物 : あれば手芸用目打ちとピンセット

*ナビゲーターのあやこさんといっしょに、簡単! かわいい! 失敗しない! クラフト作りをモットーに、おしゃべりと手仕事を楽しみましょ。

【ヨガ体操教室】

新規教室のご案内です。ゆっくり身体を動かしてみませんか? 1回1コイン(500円)で受けられます。簡単なヨガの動きで、気持ちよくストレッチしましょ!



○日 時 : 3月は
5日(火) 13:30～14:30
19日(火) 13:30～14:30
15日(金) 10:30～11:30
26日(火) 13:30～14:30

4月も開催予定ですが日程は変動

○参加費 : 1回500円 ○定 員 : 3人
○持ち物 : ヨガマットない場合バスタオルでもOK
○インストラクター : 松本綾子さん
*要予約 1回だけでも全4回の参加でもOKですので、お申し込みの際はお知らせください。

3月4月のひだまりギャラリー

3月

【柳川さげもん雛と古布の小物展】

福岡の柳川地方の、雛段と一緒に飾る色とりどりの「さげもん」。本場の伝統を受け継いで作られた見事なつるし雛をぜひご覧ください。

他にも古布で作ったいろいろな小物が並びます。

4月

【絵手紙、ちぎり絵作品展】

鈴木敏子さんとひだまりサークルメンバー

旧ひだまり・ちぎり絵教室の講師の藤原かじ子さんと生徒さんたち、鈴木敏子さんの絵手紙やちぎり絵、巻紙絵などのすてきな作品展示会です。



「ひだまり」は、2000年にオープンした、皆がホッとくつろげる“おうちコミュニティスペース”です。飲食・物販・講座などの他、「NPO法人志民アシストネットワーク」と連携し、地域支え合い活動やよろず相談などにも取り組み、「自己実現」「いきいき暮らす」「社会貢献」のための活動をしています。

<3月&4月の教室・講座①>

随時 参加者募集

○笑話で元気アップの会

3/27、4/17 (水)

(月1回 第3水曜日 3月は第4)

- ・時 間：13時30分～15時
- ・参加費：500円
- ・講 師：小川陽子さん



△参加者が主役で元気アップ

思い出話、生活の知恵など

△声を出して免疫力アップ

笑い話朗読、早口言葉、歌など声を出そう

△軽い体操で筋力アップ

転倒防止の軽い運動

1回だけの参加もOK! お気軽にお越しください。

○手打ちうどん教室 (おみやげ付)

お休み (毎月1回ですが、今回はお休み)

- ・時 間：11時～13時
- ・参加費：2000円
- ・定 員：6人 (要予約)
- ・講 師：齊藤君江さん

すご～くおいしい、つるつるしこしこのうどんが簡単に打てるようになります。

一度食べたらそのおいしさにリピートの方が続出です。当日はご自身で打ったうどんできらびやかにランチ!

手作りデザートもつきますよ。



○アングルン教室 (インドネシア民族竹楽器)

3/15、4/19 (金)

(毎月1回・第3金曜日)

- ・時 間：13時～14時
- ・参加費：1000円
- ・講 師：大杉明さん

一人一音を手に持ち、軽く振るだけなので、ほとんど練習なしに、「アメイジング・グレイス」「春の小川」など、10人位で即興合奏を楽しむことができます。

随時、参加できます。



○ちりめん小物作り

男の子の節句用「鯉太郎」

以下の好きな日程2回で仕上げます!

・日時：3月＝3月12日 (火) 29日 (金)

4月＝5日 (金) 9日 (火)

いずれも10時～15時30分

・参加費：1回3000円

・講 師：竹内君子さん

・各定員5人 要予約



○羊ちゃん編み物教室

3/21、4/18 (木)

(毎月1回・第3木曜日)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：850円 (材料費別)
- ・講 師：井上容子さん

それぞれの作りたいものを教えてくれます。見学もできます。



○一閑張り教室

①3/7, 21 4/4, 18 (木)

②3/8, 22 4/12, 26 (金)

(毎月2回、①第1, 3木曜日コース

②第2, 4金曜日コース

- ・時 間：①②とも10時30分～
- ・参加費：850円 (材料費別途)
- ・講 師：向後弥生さん

竹かごやザルに和紙を貼り柿渋を塗ります、2回で1つ仕上げ。



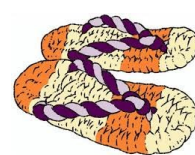
○布ぞうり作り講座

3/14, 28 4/11, 25 (木)

(月2回・第2, 4木曜日)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：850円
- (初回材料費1100円別途)
- ・講 師：渡辺ヨシ子さん

手作り台を使用するので、楽に仕上げられます。



★どの講座も随時、受講者を募集していますが、準備の関係上、事前の予約をおねがいします。



<3月&4月の教室・講座②>

随時、受講者募集中

○初級パソコン教室

要予約3/13, 27 4/10, 24 (水) 10時30分～12時
(毎月2回、第2, 4水曜日＝満員)

○超初級スマホ教室

3/6 4/3, 17 (水)

(毎月2回、第1, 3水曜日、3月は1回)

- ・時 間：10時30分～12時 13時30分～15時
- ・参加費：1100円
- ・講 師：吉田健一さん ・定 員：各4人

初心者向けのパソコン全般やスマホの便利な使い方を学びます。少人数で、丁寧に教えてくれます。

○個別パソコン・スマホ教室も開催中！

1時間2,000円、曜日や時間は相談、要予約
習いたいものを個別に教えていただきます。

○透明水彩画教室

(3月から毎月1回 第3月曜日)

3/18 4/15 (月)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：800円 (材料費別)
- ・講 師：浅田良一さん

まったくの初心者でもOK
静物や植物、外に出ての風景写生など、絵を描く楽しさを学びます。
全10回のカリキュラムです、途中からの受講についてはご相談ください。



○絵手紙教室

3/13 4/10(水)

(10月から毎月1回、第2水曜日)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：850円 (材料費別)
- ・講 師：木村智子さん
(日本絵手紙協会・公認講師)
- ・持ち物：あれば顔彩、墨、硯、筆、パレット
(最初はお貸しします)



「へたがいい！へたでいい！」をモットーに描く楽しさを味わいましょう。3月は絵本の世界、4月は子供の日にちなんだ題材です。

初心者大歓迎です、見学に来てくださいね。

○着物リメイク教室

1期生・第2月曜コース＝3/11, 4/8

2期生・第4月曜コース＝3/25, 4/22

(毎月1回、月曜日 コース別)

- ・時 間：10時00分～15時
- ・入会金：1000円
- ・参加費：1回 2500円
- ・講 師：近藤美沙枝さん

直線裁ちでおしゃれな普段着の
「はおりものやパンツ、ブラウス、
コートなど」を1カ月1回で1着の
ペースで作ります。

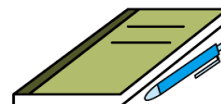


○本の読み方・文章の書き方教室

(曜日が変わりました！毎月1回、第4金曜日)

3/22 4/26 (金)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：800円・定 員：5人
- ・講 師：細井郁秀さん



- ・はじめに発声練習をします。
- ・接続語を用いた短文づくりをします。
- ・小説と詩に鉛筆で印つけをして読み方を考えます。

○パンの花教室 3/4, 18 4/1, 15 (月)

(毎月2回、第1, 3月曜日)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：800円 (材料費別)
- ・講 師：石崎富子さん

パン粘土で作る芸術的な花を作ってみましょう。

いつからでも始められます。
今回も「すみれ」を作ります。



○切り絵教室

しばらくお休み

(毎月1回、第2火曜日)

- ・時 間：13時30分～15時30分
- ・参加費：1150円
- ・講 師：小川利明さん

カッターを使って、切る楽しさが広がります。初心者から上級者まで対応OK。要予約



★どの講座も随時、受講者を募集していますが、用意の関係上、事前の予約をおねがいします。

ひだまりカルチャー

<3月のスケジュール>

3月のギャラリー

柳川さげもん雛と古布の小物展

日曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜
	11月に「ひだまりバザー」を開催予定です。これから随時、品物を受け付けますので、日用品、アクセサリ、着物、洋服、箱入り食器など、ぜひご提供ください！！取りにも行きます。					1 2
						休
3	4	5	6	7	8	9
休	○パンの花 13:30~15:30	★新講座 ①ヨガ体操 13:30~14:30	○スマホの使い方 10:30~12:00 13:30~15:00	①一閑張り 10:30~12:00	②一閑張り 10:30~12:00	休
10	11	12	13	14	15	16
休	○着物 リメイク教室① 10:00~15:00	①遊墨サークル 休み ○切り絵 休み ○ちりめん小物 10:00~15:30	○パソコン教室 10:30~12:00 ○絵手紙 13:30~15:30	○布ぞうり 13:30~15:30 ★Happy クラフト 10:30~12:30	★新講座 ②ヨガ体操 10:30~11:30 ○アングルン 13:00~14:00	休
17	18	19	20 祝	21	22	23
休	○透明水彩画 13:30~15:30 ○パンの花 13:30~15:30	②遊墨サークル 休み ①ヨガ体操 13:30~14:30	○スマホの使い方 お休み	①一閑張り 10:30~12:00 ○羊ちゃん 13:30~15:30	②一閑張り 10:30~12:00 ○読み方 書き方教室 13:30~15:30	休
24/31	25	26	27	28	29	30
休	○着物 リメイク教室② 10:00~15:00	①ヨガ体操 13:30~14:30	○パソコン教室 10:30~12:00 ○笑話元気アップ 13:30~15:00	○布ぞうり 13:30~15:30	○ちりめん小物 10:00~15:30	休

3月は第3が祝日のため
第4水曜になります

<ひだまり

無料よろず相談会>

* 専門家が対応、随時受付



電話でご予約後、日程を調整しますので、まずはお電話をください

電話：048-253-6306

ひだまりカルチャー

<4月のスケジュール>

4月のギャラリー

絵手紙、ちぎり絵作品展
鈴木敏子さんとサークルメンバー

日曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土
	1	2	3	4	5	6
	○パンの花 13:30～15:30		○スマホの使い方 10:30～12:00 13:30～15:00	①一閑張り 10:30～12:00	○ちりめん小物 10:00～15:30	休
7	8	9	10	11	12	13
休	○着物 リメイク教室① 10:00～15:00	①遊墨サークル 10:30～12:00 ○切り絵教室 13:30～15:30 ○ちりめん小物 10:00～15:30	○パソコン教室 10:30～12:00 ○絵手紙 13:30～15:30	○布ぞうり 13:30～15:30	②一閑張り 10:30～12:00	休
14	15	16	17	18	19	20
休	○透明水彩画 13:30～15:30 ○パンの花 13:30～15:30	②遊墨サークル 10:30～12:00	○スマホの使い方 10:30～12:00 13:30～15:00 ○笑話元気アップ 13:30～15:00	①一閑張り 10:30～12:00 ○羊ちゃん 13:30～15:30	○アンクルン 13:00～14:00	休
21	22	23	24	25	26	27
休	○着物 リメイク教室② 10:00～15:00		○パソコン教室 10:30～12:00	○布ぞうり 13:30～15:30	②一閑張り 10:30～12:00 ○読み方 書き方教室 13:30～15:30	休
28	29祝	30				
休	休					

☆美顔エステ

料金 ・ 超音波＝3500円

・ エステティシャン：

岩崎かほるさん

販売は一切ありませんのでご安心を！

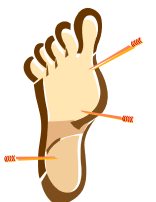


☆フットマッサージ

足の悩み全般に対応ご相談ください。
爪切りや巻き爪にも対応します。

・ 料金：3500円

セラピスト関純子さん



コトバ勉強のすすめ 第1回 コトバの機能を考える

細井 郁秀

はじめまして、講座「本の読み方・文章の書き方教室」で講師をしている細井郁秀です。この連載では身近にあるコトバの話からスタートします。

わたしたちは人と会話し、テレビやラジオから流れてくる人の声を聞いたり、さらに、スマホとパソコンでラインやメールでのやり取りにコトバを使っています。つまり、わたしたちは「はなし」と「書きことば」の中で暮らしているのです。

●考えるということ

前述したようにわたしたちは、話すこと・聞くこと・書くこと・読むことを日常生活で繰り返しています。この活動のもことになるのは、「コトバを使って考える」ということです。話すことと書くことは、コトバを相手に送る活動です。聞くことと読むことはコトバを相手（読みもの）から受け取る活動です。

人は朝起きてから夜寝るまでに、コトバを送る活動とコトバを受け取る活動をつづけているのです。

考えるということは人が自分自身と対話することです。この対話の中から単語が次々に出てきます。文字で書いたような文のときは対話でなく、単語レベルでいろいろな単語を並べたばやとした状態です。このばやとした状態から思わず声を発するのが「ひとりごと」です。

このたび、ひだまり事務局から原稿依頼がきてから、わたしの頭の中では（何を書いたらいいだろうか）という思いから、いくつもの単語が頭に浮かんできました。その一部を紹介します。コトバの話、はなしことば、書きことば、コトバ

送り活動、コトバ受け活動、単語、ランガー、五感などです。このような単語レベルの段階から文の形にして、いま、わたしは文章を書いています。

●感じるということ

アメリカの女流哲学者スザンヌ・K・ランガーは自著で次のようなことを述べています。

「人はコトバを使って考えるときに、各人それぞれがもつ感情・感覚・情緒もはたらいている。」

朝起きて、部屋のカーテンを開けたときの屋外の景色に、太陽のひざしがあるのと雨空とでは、身体での反応が異なることを多くの人が経験しています。

（まぶしい）・（雨か）という感覚もち、（仕事）（いくぞ）、（かお）（洗うか）という自分との対話があつてから、ひとりの人の一日が始まります。

ところで、人は食事をするときに味覚だけでなく、料理の匂いを感じ（嗅覚）、その素材を舌でも歯でも感じ（触覚）、器や盛り付けを見て（視覚）、品々をかみしめる音を聴いています。器や箸を触るときには感覚があり、音も聴いています。人間が五感で感じる感覚は、感覚と同時にコトバにもつながっていると言えます。

人がふだん使っているコトバが、その人の身体内部でどのような機能しているかを考察しました。この機能は個々人が唯一独自にもっているものです。（つづく）



【春の苦みは生命力が溢れてる！】

食材で四季を表す春は苦み、夏は酸味、秋は甘味、冬は厚みという言葉が有り、自然界では3月の声を聴くと冬ごもりをしていた虫たちが出てくることを表す「啓蟄」があります。

春野菜には啓蟄の頃に出てくる昆虫などの外敵から身を守るために、独特に苦みを持つものが多いのですが、春野菜には、寒さがまだ厳しい時期に芽を出し成長する為の栄養素が豊富に溜め込まれていて、生命力が溢れています。

山菜のフキノトウ、ツクシ、タラの芽、山ウド、ゼンマイ、フキ、ワラビ、タケノコなど春を迎えるこれらの山菜の苦み成分のもとになるのは、植物アルカロイドと呼ばれる成分です。

新陳代謝を促進し、胃腸の働きを促し、不要物や脂肪の排出を助けます。また、抗酸化作用があるポリフェノール類も多く含まれます。

私たちの体は冬の間は体温を逃がさないように新陳代謝能力を低下させ、冬の寒さに耐えるため脂肪を蓄えるようになっています。春が近づいてくると代謝を活発にして冬の間に溜まった脂肪や老廃物を体外に出し体を目覚めさせてくれます。この冬の体から春の体に切り替えるために苦みが役に立つわけです。

春は芽吹き季節です。春はのびやかに育つ木々の様に穏やかにのびのびと過ごすことが大切です。

家の中にももってばかりでは元気がなくなるばかり、春の陽ざしをたっぷり浴びて季節を楽しみ食事でも春野菜の苦みを味わい体も心もリフレッシュしましょう！



管理栄養士 佐藤玲子



ひげじいの「四方山話」 第13回



この冬は暖冬との予測ですが、やはり降るときは降るのが雪。都会で数センチも積もると、途端に交通マヒを起こすやら、すってんころりんとして転んで怪我人続出と、ほんの少しの降雪でも雪は侮れません。しかし雪といえば、やはり白銀の世界。思い出すのはカナダウィスラーに家族でスキー旅行に行った時のアクシデントでした…

遡ること30年ほど昔の1994年頃の事だったかと記憶しています。カナダの西部に位置する街バンクーバーから車で約2時間ほどのところにあるウィスラースキー場に初めて海外スキーに出かけた時のことでした。日本(東京)からバンクーバーまでは、直行便で9時間ほどの距離。

10mを超える年間平均降雪量と200以上を誇るコース数。そして11kmにも及ぶ最長滑走距離。滑走標高差は1600mを上回るという、日本のスキー場とは比べ物にならない程のスケールの大きいスキー場で、スキーヤーならば一度は滑ってみたいと憧れるスキー場なのです。

30代から本格的にスキーに入れ込み、年間60日間程度もスキー〜スキーと明け暮れた時代だったので、憧れのウィスラーで滑るのが夢だったのです。

それがついに実現! まだ高校生だった息子もつれて家族3人で旅立ったのでした。

数日間ウィスラーの山々を存分に滑りまくった私たちもついに帰国の日。楽しい思い出をトランク一杯に詰めて、怪我ひとつせず無事に過ごせたカナダを名残惜しく飛び立つことになる予定でした…

朝食を済ませ、ホテルの部屋でのんびりしていた時の事。いきなり部屋の電話がけたたましく鳴ったのでした。「…何かな?」と思い、電話に出ると…「もうエアポートへのバスが出る時間だ! なぜ来ないのか?」との言葉。???時計を見ても、まだ出発時間までは1時間もあるのに…時刻を言うと「ノー。今は0時0分だ!」というではありませんか。そして相手は「It's Daylight Saving Time from today」…「今日から夏時間だ!」と言うのでした。

※カナダでは「Daylight Saving Time (デイトライトセービングタイム)」と呼ばれるサマータイム
なぜか?サマータイム切り替えは4月と思い込んでいた私たち。でもカナダという国では「3月の第2日曜日から11月第1日曜日までの間は、時計の針を1時間だけ早めることになっていた」のです!

大慌てでチェックアウトを済ませ、バスに飛び乗った私たち。ほんとにびっくり! とりあえずトランクの荷づくりをほとんど済ませていたからよかったものの、電話を受けてから荷造りするようだったら、バスには置いてきぼりを喰い、予約した飛行機便にも乗れなかったことでしょう! ほんとうに危機一髪だったのです。

日本人には不慣れな「サマータイム」皆様も海外へお出かけの際はあちらの習慣・常識にご用心ください。

さて、そんな帰国時のアクシデントの数日前にも、ちょっとした出来事があったのです。私たち家族三人はスキーでどんな斜面でも滑ることができるレベルだったので、当然ウィスラーのバックカントリー(㊦斜面が整備されていない、雪が降ったままの自然の状態の斜面)で滑る! ことにもチャレンジ

しようと…行動を起こしたのです。その日の天候は薄曇りながら視界があり、まあまあ状態でした。気持ちよく山頂からしばらく整備されたバーンを滑ったところで、コースを外れて憧れのバックカントリーに飛び込みました! 下界へ向けて新雪の中を気持ちよく滑り降りていったのでした。…そして、森林の中に滑り込んだので、しばらく森の中を移動して一旦視界の効く場所まで出ました。しかし周りをぐるりと見廻しても建物ひとつ眼にはいない場所に入り込んでいたのです。焦りました! …一瞬脳裏を横切ったのは…「このままコースに出られなかったら…どうしよう!」…高校生の息子とカミさんを連れて遭難なんてことにははなりたくない…しかしそんな不安を息子とカミさんに見せるわけにはいきません。心配なんかしている様子は微塵もないという顔を装って…でも心の中では必死になって、汗だくになりながら丘陵をいくつかトラバースしたのでした。そしてようやく…スキーコースに出られたのです! その瞬間。今までの体の疲れがどっと出てへとへとになっていたのです。あんな状況から、なんとか自力で戻れたことに心底ホットしたものでした。山全体をイメージ的にも把握していない外国



のスキー場。そこで自分たちのスキー技能を過信して、コース外へ出てしまったミス! 大事に至らず戻れたのも「ただただ幸運」だったのだと反省した次第です。

さて、その数日後のことでした。ウィスラーというスキー場は10kmもあるような滑走コースがいくつも点在する、とにかく大きくて広いスキー場なのです。勿論滑っている人なんて広大なゲレンデから見たら、人はポツリポツリという状態。そんなコースを滑っている時のことでした。

ゲレンデの途中でスキーを外して立ち止まっている初老の60代くらいの白人女性がいたのでした。何やら困った様子。そのまま滑りすぎるわけにもいかず、停まって様子を聞いたのでした。そしたら、なんと! スキーのビンディング(スキー靴を留める金具)が壊れてしまい、滑ることが出来なくなっていたのでした。当時(1994年?)はまだ携帯電話を普通の人が持っている時代ではなかったので、そんなふうにはトラブルが起こった時には、そばを滑る誰かに頼んで、麓でパトロールを呼んでもらうしかなかったのです。※スキーの達人な人が麓まで滑り降り通報するのにも相当な時間がかかりそうでした。(かなりゲレンデの上部エリアで、周りにスキーリフトも掛かっていなかったような場所だったので)その当時私はスキー指導員としていつもスキー金具を調整する工具や救急品は携帯していたので、初老の白人女性に私のスキー板を履いてもらい(スキー靴の長さにビンディングを調整して)、私は彼女のビンディングが壊れていない方のスキー板1本だけを付けて麓まで滑り降りたのでした。何キロもあった長い長い斜面を…日本男児として途中で疲れた! なんて弱音を吐けず、ほとんどノーストップで滑り降りしました。麓に着いた時には脚はパンパン! それでも何事もなかったかのような笑顔を見せて、この老女と別れたのでした。もし、その初老の白人女性が大富豪であったなら…きっと泊まっているホテルにお迎えのリムジンが来て、豪華なディナーの席についていたかもしれません。大富豪ではなかったと分かったのは…帰国後に礼状一通だけを頂いたときでした。

いろいろインフォメーション



まち歩きシルバーガイドの
安田守サンと行く！

【まち歩きらくらくさんぽ】

毎月1回～2回開催されます



◇「日本三大植木の里・安行さんぽの集い」

- ・日 時：3月8日（金）8時50分（雨天中止）
東川口駅改札前集合
- ・内 容：安行桜咲く密蔵院をまわる2時間コース
- ・参加費：100円

◇「都内最大のカタクリの里

牧野記念庭園」



- ・日 時：3月24日（日）9時30分
西武池袋線・大泉学園駅改札前
解散は東京駅
- ・参加費：1500円（トラベルイヤホン代込み）
- ・その他：昼食は実費

* 申し込みは「ひだまり」実施日の前日までOK。

【ちりめん小物教室の日程】

- ・日 時：3月＝3月12日（火）29日（金）
4月＝5日（金）9日（火）
いずれも10時～15時30分

【水彩画教室の日程】

3月から月1回第3月曜に変更。
3月は18日、4月は15日です。



【編集後記】

今月も悪戦苦闘の98歳認知症、介護3の母の在宅介護話第11弾…。

在宅で看取るのは、父もそうしたので、特に抵抗はなかったものの、認知症もなく穏やかで寝たきりだった父とは大層ちがって、認知症が進み気性も激しい母の介護は思った以上に大変。訪問医療を受けることになり、かかりつけ医が毎日様子を見に来てくれる契約をした。その先生いわく「誤嚥性肺炎で肺が真っ白であと1週間が山。治療はしないので、もしすごく苦しったら、意識がなくなってくるかもしれないけど、この座薬を入れるように」と薬をくれた。私も1週間仕事を休むことにし、昼夜問わず「トイレに連れてってえ！ 起こしてえ！」と叫ぶ腰が立たない母をベットから担ぎ上げてポータブルトイレに座らせていた。ところが3日目ぐらいになってきたら、訪問に来ていた看護師が「あらっ、熱も下がってパルスオキシメーターも平常値になってきてる…なんとなく回復しているんじゃないかしら」と言い始めた。食欲も出てきたようだ。先生も慌てて来て「おや、確かに。これは誤診したかな…」「渡した座薬は返してください」ですって。えっ！1週間ぐらいだからがんばろうと思ったのに、なんですって！！（y）

【能登半島地震への募金を ありがとうございます！！】

ひだまりの寄付先であるAAA（アジア & アフリカ）のメンバーが珠洲市でボランティアを続ける中、一旦帰宅、今回は七尾市以北の公共交通機関で被災地域の何処まで行けるかを試みました。（2月15日付）

<現地からの報告>

七尾駅から能登中島駅までは開通していました。能登中島駅から輪島、珠洲、能登町方面へは電車の代替えバスが運行されており、公共交通機関で訪問が可能です。また、北鉄奥能登バスは金沢～輪島間、金沢～珠洲間、金沢～宇出津間を無料で運行していました。

また穴水の出発は15分ほど遅延していましたが、到着は予定時間とほぼ変わらず運行されてました。

家の中の片付けや倒壊家屋の片付けなども進み出しましたが、歩行中も瓦や崩れかけた外壁が余震のたびに崩れる可能性があるため、安全のためヘルメットの支援を進めています。

また被災地の早期復旧には資機材が欠かせません。重機、軽ダンプ軽トラックなどまだまだ必要となりますが、リース会社は在庫無しでいつ貸し出せるかわからないとの事でした。

そして本格的に活動が始まると車両や重機の燃料代、重機や特殊車両のリース代なども必要です。

下水道復旧も時間がかかるようですので、可能な限り継続的に環境負荷の少ない洗剤類の支援もしていきたいと考えています。

1日も早い復旧に向けて、お力添えをどうぞ宜しくお願いいたします。

* ひだまりでは、現時点で集まった募金と国際支援用に寄付いただいたお金を足して、1回目として155,250円を振り込みました。多くの方のご寄付に感謝します。

現地では復興へようやく一歩を踏み出したばかりです。ひだまりには「募金箱」を設置しています。これからも継続的な支援をよろしくお願いします！！

【ひだまり】

TEL 048-253-6306

【安心おとどけ隊】

TEL 048-250-5587

川口市西青木4-3-30

ホームページ

<http://www.hidamari-net.jp>

メールアドレス

shop@hidamari-net.jp

詳しい地図はHPをご覧ください



QRコードからLINEの「ひだまり」の友だちに追加してください。通信がこちらから見られます。