

アスモ新聞

アスモ新聞はアスモのホームページ <http://www.asumo-kaigo.jp/> からご覧になれます。

上記のアドレスか【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。

「人に喜ばれる仕事を！！」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

発行所：在宅介護センター・アスモ
平成20年7月

創刊第34号

〒165-0026
中野区新井1-26-4 オスカーマンション2F

☎ 03-5318-4007



代表取締役 花堂浩一

「愛のあるプラス思考」

中村メイコさんの娘で、各方面で活躍している神津カンナさんの講演で、ある少年の話が紹介された。

その少年は片方の耳の耳殻（じかく）がない。生まれつき片耳がないのである。だからふだんは目立たないように長髪で隠しているのだが、そういうことは何かと意地悪の標的になりやすい。ときにはクラスメートから耳のことをひどくからかわれることもあった。しかし少年は至って明るく、気にするふうでもなく、かえって言い返して相手をやり込めていた。

担任の女性教師にはその強さがいつも不思議に思えた。そこでたまたまほかにだれもない機会に、「からかわれなくても平気であるのはえらい。いつも感心しているよ」と話しかけた。この先生も素晴らしい先生だと思うが、先生の言葉を聞いた少年は、こう答えた。「僕は他の人に何を言われても気にならない」。そして目に涙をうつつら光らせながらポツリポツリと話し出した。彼のお母さんは、彼にいつもこう言ってくれたらしい。「お前はヘンチクリンな耳だけど、お母さんは世界一好きよ。」少年が寝るとき、いつも彼の母親はこう話してくれるのだそうだ。そうして最後に耳にチュツとキスしてくれるという。

以前、アスモ新聞で、「神様がくれた耳を持つている」と担任の先生に言われた、目の不自由なモリス少年が、その後、全米で大活躍するステイビー・ワンダーとなったことをご紹介したが、つくづく言葉のもつ力を認識させられた。



作品のご紹介

久野 逸子様



もしも

まいごになって

こまったら

わたしがさがして

あげましょう

せいたかのつぼの

わたしなら

あなたのおうちが

みえるでしょう

そうしてわたしの

ともだち ちようちように

あんないさせて

あげましょう

いっこ



2008/07/

うちわの表裏に、絵と詩を書いていただきました。久野様 素敵な詩と絵をありがとうございました。



【人に何かをしてあげること】



感動する話その①

私は、比較的優しい、思いやりのある人間と自負していた...

長女として多忙な両親に代わり弟や妹の面倒をみてきたことが習い性となったのか、頼まれれば何でも引き受けてしまう、自分の時間や労力を費やす事になっても、それを惜しむ気持ちにはならない。

だから他人から面倒見がいい、気配りがある、優しいと言われ、悪い気はしない。

ところがある日、友人と食事をしている時に意外な事をいわれた。友人の窮地を見かねて、私が入肌脱いだ経緯を話し終わったとき、彼は小さくため息をついて言ったのだった。「君の優しさって、自己満足なところがあるよね」

私はカチンときた。「いや、君は確かに相手のために何かをしてあげているんだろうけど、結局それは、自分の美学をまっとうする為って感じがするんだよね」私は、もちろん反論した。「何かをしてあげて少しばかり気分がよくなったら自己満足なの？ 優しくしてあげようと心掛けているのも、何かをしてあげることが、自分の美学を遂行したにすぎないの？」

「百歩譲って偽善でもいいじゃないの。偽善で優しくできるほうが、何もしない人よりマシで、何もしない人が能書きばかりで始末悪いのよ」としつつ興奮気味で言葉を続けた。

「ごめん、ごめん、君を批判しているわけじゃない。人に何かしてもらいたい人ばかりが多い中に、君のように何かしてあげる事を喜べる人は偉いと思う。だからそこで立ち止まっているのは君らしくないと思ってるだけ」

彼と別れた帰りの車中でいろいろ考えてみた。ふと昔きいた仏教説話を思い出す。

釈迦が地獄の人々に食べ物を要求されたとき、「この箸を使って食べるように」と、差し出されたのは、重くて長い箸。それを使って自分で食べる事はできない。ある老人が思いついてその箸で目の前の人に食べさせた。食べさせてもらった人はもっと食べたいから他の人の口に入れる。自分ばかりが食べようとしている時には口に入らなかった食べ物が、人に食べさせる事によって自分の口に入る。人を思いやる事が、結局は自分に戻ってくる事につながる...という話。キリスト教にも「自分がしてほしいと思うことは、人にもそのとおりにせよ」とある。

けれども、あの仏教説話を話してくれた人は、こんなことを付け加えていた。

「これは、思いやりは大切だという教えではありますが、もう一つ大切なことが隠されています。人が誰かの為に何かをするという行為は、所詮、自分への見返りを期待してのこと。仏の慈悲と同じだと思いがってはいけない...ということです。」私は思った。友人は私にこれが言いたかったのかと。自分の行為を仏と同等に扱ってはいけない、それは思い上がりだ。私は人に何かをしてあげるとき、具体的な見返りを期待しているわけではないと思っているが、心の底ではそうする自分を見て満足するとか、人の評価を聞いて満足するというような精神的見返りを待っているところが皆無とはいえない。

自宅に帰って友人に電話をかけた。気づいた事と、どうすればよいかと聞いた。

「感謝、感謝」

「神や仏の愛はもちろんだけれど、植物はさ、貴方のために無償で空気を提供してくれ、太陽はさ、何の見返りもなく貴方を暖めてくれる。人は誰もみんな気づいていないかもしれないけどもの凄い優しさをあたえられながら生きているわけよ」

その友人は二年後に亡くなった。彼はずいぶん前から重い病気を抱えていたという。

知人が彼のアパートの整理をしたら、張り紙だらけでテレビに《笑いに感謝》、ベッドに《眠りに感謝》、水道に《水に感謝》、トイレには《排泄に感謝》薬にまで《病気に感謝》と書いてあったらしい。電話口で知人は泣き出した。

人に何かをしてあげること。それはもしかしたら、自分が目に見えない多くのものに守られ愛され支えられている事を素直に感謝する瞬間なのかもしれない。(感動する話より)



肉味噌豆腐サニーレタス包み



お豆腐たっぷりの肉味噌をレタスに包んで沢山たべてね

【材料】

- 豆腐一丁(水切りしておく)
- 豆板醤 小さじ1/2
- 豚ひき肉 200g
- 味噌 大さじ2
- 白ねぎ 1本(みじん切り)
- みりん 大さじ3
- にんにく 1かけ(みじん切り)
- サニーレタス たっぷり

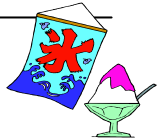


- 【作り方】
- 1.フライパンにサラダ油少々とみじん切りのにんにくをいれ火にかけ、にんにくの香りがたってきたらみじん切りのねぎを加えて炒める。
 - 2.ひき肉をいれてしっかり炒める。
 - 3.豆腐を崩しながら加えて炒め、豆板醤・みりん味噌を加えてさらに炒める。
 - 4.味をみてたりないものがあったら補い、水分がなくなったら火を止める。
 - 5.サニーレタスとともに器に盛り、肉味噌をサニーレタスで包んで食べる。



ご飯にのせてもグク〜

熱中症に注意



梅雨も明けぬうちから30℃を超える日が続いています。熱中症にならないように、心掛けましょう。

- ①1日2Lの水分を摂取(のどの渇きを感じなくても)
- ②どこへ行くにもペットや水筒(水分)を携帯
- ③食欲をアップさせる食事を(南方の料理や酔の物がオススメ!)
- ④酒は飲み過ぎない(アルコールは利尿作用がある)



家の中にも起きるケースもあります。

- ▼立ちくらみ・こむら返り・力が入らない(Ⅰ度)
- ▼顔面蒼白・めまい・吐き気・疲労感(Ⅱ度)
- ▼立てない・意識障害・体温が40度以上(Ⅲ度)

の症状が表れたら危険なので救急車を呼び、応急手当をします。



応急手当は、涼しい場所に移し、締め付けている衣類をゆるめ、体(首筋・脇・足の付根)を冷やし、飲めるならスポーツドリンクか塩と水を摂らせる、です。

