

# Do! ボランティア

(21)



## 少しでもお役に立てよう

矢指会



私たちは今から26年前に、定年退職した人やボランティアに参加したいという主婦たち、23人の女性が集まって、障害のある児童が生活する施設で洗濯物を畳むボランティア活動を始めました。現在は、女性8人で活動しています。

毎週金曜日に二人ずつ施設に訪問し、午後1時から2時間かけて、乾いた洗濯物を畳みます。最初のころは、小さな靴下やかわいいズボンを畳んでいると、何だか胸が一杯になって、涙が出そうになって困りました。でも、子どもたちが少しでも居心地よく暮らせるように、みんなが交代しながら続けてきました。洗濯物はシーツやセーター、ズボン、Tシャツ、靴下など大きさや種類がさまざまなので、分類しながら整理整頓して、患者さんの名前の付いたかごの中に丁寧にに入れていきます。もし、ペンで書いてある名前が薄くなっていたら、次に畳む人のために、書き直しておきます。

また、年に一度の施設のお祭りには、他のボランティアグループと合同で、朝早くからおもちを3俵ついで、きな粉・あんこ・からみの3種を作ります。このときは人手がいるので、会員のお子さんやお孫さんにも手伝っ

てもらいます。つきたてのおもちはお客さまに好評で、お昼前には完売してしまいます。大変な作業ですが、皆さんに喜んでもらえるので、私たちも楽しい行事です。

二人ずつ交代で訪問するため、活動は週に一回ですが、洗濯物を畳むことで、皆さんに少しでもお役に立てればと考え、続けています。会員の中には、80歳を超えた方もいます。時には、体調が優れないときもあります。が、これからも、会員仲良く団結し、笑顔で患者さんのお役に立てるよう、健康に気を付けて頑張っていきたいと思えます。

〈問い合わせ先〉

旭市社会福祉協議会

☎ 57-5577



## データシート

### 人のうごき

【12月1日現在】		前月比	
人口	70,582人		(+3人)
男	34,515人		(±0人)
女	36,067人		(+3人)
世帯数	24,530世帯		(+37世帯)

### 【11月分の移動】

転入	132人	出生	38人
転出	97人	死亡	70人

### 火災

【11月分】		今年の累計	
建物火災	2件		(14件)
その他火災	0件		(12件)

### 交通事故

【11月分】		今年の累計	
事故件数	152件		(1780件)
死亡者数	0人		(2人)

おいしさいっぱい

## あさひの食材



### 第21回 ヤマトイモ

ヤマトイモは旭市を代表する野菜の一つで、県内第3位の生産額を誇ります。

ヤマトイモ独特の粘りの中には、良質のでんぷん・たんぱく質・ミネラル・ビタミンと消化吸収を助けるジアスターゼなどの酵素を多く含み、古来より最高のスタミナ食として知られています。皮をむくとき手がかゆくなりますが、これは皮の付近に含まれていたシュウ酸カルシウムの針状の結晶が壊れてバラバラになり、皮膚に刺さることで起こります。あらかじめ酢水につけてから料理すると、かゆみは起こりにくくなります。

#### 【選ぶときのポイント】

- ・ずんぐりとして重く、表皮の色が自然な肌色のもの
- ・カットしてあるものは、切り口が白いもの

#### 〈問い合わせ先〉

農水産課農業推進班(☎68-1174)

