



ーリラックスできて、はげまし合うところ、勇気を与えられるところー

「失敗をしながらも訓練励む」 リハビリテーション学習会 開催

9月10日に福知山市総合福祉会館で午後1時半から3時半まで開催、全体で45名、さくらの会9名参加。

学習会では、リレートーク形式で行われ、①田中香織さん、

吉田楓子（訪問看護ステーション）②田中さんを支える支援の輪（地域生活声援センター）ふきのとう相談員 稲垣千佳）③田中愛子さん（地域活動支援センターOne Step）④宮崎陽子さん（京都府リハビリテーション支援センター）⑤田中 明さん（当事者家族）の田中明さんからは、香織さんが交通事故に遭われ



てからの活動の報告がありました。

話しの中で田中さんからは「訪問リハビリを頑張っていること」「同じような失敗を繰り返すこともあるが、少しでも前進しようと努力していること」など話されていました。

高次脳機能障害者を含め、様々な障害を持つ人たちが暮らしやすい地域社会は、当然みんなが暮らしやすい社会であり、



そんな街になったらとの思いが込められた報告となっていました。

大変です 事務局長が体調不良

私たち「さくらの会」の事務局長で中心的な活動をしてもらっていた上原栄さんが体調を崩され、長期的な治療療養が必要になりました。

福知山では原因や治療方法等が確定できず、京都市内の病院に行き、検査し状態の詳細を調べてもらっているとのことでした。

現在は自動車を運転することも、奥様の

保子さんに任されています。

ストレスも関係していることも考えられ、行政書士の仕事も見直しをされておられます。「会」の仕事は、今後でもできる範囲でやっていただけるようですが、「会員の方に迷惑をかけることも」と心配されています。みなさまのご協力とご理解をお願いします。【F】

連絡 バス旅行は中止 楽しみにしてましたが

4月16日の定期総会において計画していましたバス研修交流会について、当事者の皆さんで検討していました、しかしコロナの心配や、その後事務局長の体調不良が発覚したことなどから、中止す

ることになりました。

楽しみにしておられた方もおられるかとも思いますが、よろしくお願いします。



花オクラ食べてみました



近所の方から「花オクラ」をいただきました。普通のオクラはよく買ってきて食べるのですが、花オクラは初めてです。

中国から伝わってきて、古くから食品や漢方薬として活用されてきたとか。

オクラの花とよく似た淡いレモンイエロー色をしており、中心部と雄しべの柱頭が濃いワインレッドをしています。

朝に咲いて夕方にしぼんでしまう一日花。

傷みやすいので一般の店に出回ることが少ないようです。

生で食べるとシャキシャキとした食感です。淡泊な味わいですが、ほのかにオクラのような風味や香りが感じられます。

少し粘りもあるようですが、栄養価はどのようなものなのか。

二つや三つ食べたのではサッパリ分かりませんでした。漢方薬だったのなら体にいいのですね。

サラダに利用したり、寿司や天ぷらの下に置くと綺麗で見栄えがいいかもしれません。

みなさんは食べられたことありますか？

珍しかったので投稿しました。

—F—



【編集後記】

▼暑かった夏も9月下旬になり、やっと落ち着いてきた。体温を超える日が続いた時は「死ぬ」かと思ったが。

▼萩の花が咲き、店先にはブドウやナシが並んでいる。赤とんぼも飛んでいるのを見た。秋が来たのを実感！

▼秋と言えば「実りの秋」です。昔は稲刈りは大変でしたが、今はコンバインであっという間に終わってしまします。

▼新米も出てきますが、簡単なレシピが載ってました。さんまのかば焼き缶詰を使った炊き込みご飯。放り込んで炊くだけ。今日の夕食はこれにしようかな？

▼涼しくなってきたので、しっかり食べて、また頑張ろう！

▼自分に合った運動で体も動かそう

【F】