

しらふじ

第86号
令和元年7月1日
発行／更生保護法人
しらふじ
発行責任者／大野英雄
編集責任者／松本英史

調理員の上田さん

温かくおいしい料理を提供 家庭の味、利用者の楽しみに

しらふじの台所を預かり、利用者に温かくおいしい食事を提供しているのが上田喜平さん（73）。限られた予算の中、仕入れは自ら足を運び、お買い得な野菜や肉、魚を調達するなど工夫を重ねている。もともとJR松江駅のレストランで働き料理人としての経験は豊富で、「利用者が喜んでくれて、社会復帰の手助けになれたら」と、朝から夜まで腕をふるっている。



工夫しながらおいしい食事の提供に腕をふるう上田さん

「しらふじ」では平日の月曜日から金曜日まで、朝、昼、夕の3食を「家庭と同じ雰囲気を味わって、社会復帰につなげてほしい」との方針で、手作りした温かい料理を提供している。上田さんは2年前から、調理場を一人で担当する。朝は5時前から出勤して、朝食を準備する。6時半から7時までが朝食の時間。利用者が食べ終わると、調理場の片づけをして、すぐに準備に取り掛かる。利用者の多くは日中、仕事を出かけるため、昼食の数は少なめ。昼食を出してから、いつも自宅に帰つて休養した後、食材の買出しに出掛ける。冷蔵庫が小さく、数日分の食材を収納できないので、食材の調達は、自らこまめに足を運んでいる。

■足運び食材調達□

食費は1人分で朝301円、昼400円

夕500円。利用者の人数に合わせ、現金で調達をしていて、肉や魚、野菜、果物など季節のものや安く手に入る食材を選ぶ。「FXで注文したりもできるが、金額が高くなる。限られた予算でやりくりしながら、工夫して喜んでもらう食事を出すのは、自分で飲食店をしていた経験が生きている」と、話す。

米や野菜は、施設を支援する市民から差し入れがある。春先は、施設の裏の山からタケノコを取り、時間をかけてゆで、食卓を飾つた。仕事をして疲れて帰ってきた利用者の楽しみは夜の食事。食材を安く買った分、夜の献立に力を入れ、メニューを一品増やすなど工夫する。肉や魚のメインには野菜を添える。「野菜を添えた方が、ボリューム感が出るし、栄養のバランスもいい。店のスタイルと同じにしている」という。

「利用者が食事で元気を出してくれたら」と話す上田さん

肉料理が人気だといい、焼肉やチキンカツなどを利用者は楽しみにしている。予算のやりくりをして、チキンカツと魚の唐揚げを同時に出すこともある。手作りしたおいしさい食事は、仕事から疲れて帰ってきた利用者を元気づけてくれる。「いい仕事を紹介してもらつた。利用者からいろいろと話しかけられることもある。ゆっくり聞いてから、職員さんに何でも相談してみたらと勧めている」。温かくおいしい食事に利用者の気持ちもほぐれるのだろう。上田さんにうれしいニュースが飛び込んできた。1年前に退所した男性が、アルバイトや生活保護を受けながら、仕事を探し、調理員としての職を得たと報告してきた。上田さんの食事に出来合い、背中を押されたという。

利用者がしらふじを去る時、「明日、退所します。毎日、ごちそうさまでした」とあいさつするという。工夫されたおいしい食事は、心の温かさを伝え、利用者を応援している。

■退所のあいさつも □

肉料理が人気だといい、焼肉やチキンカツなどを利用者は楽しみにしている。予算のやりくりをして、チキンカツと魚の唐揚げを同時に出すこともある。手作りしたおいしさい食事は、仕事から疲れて帰ってきた利用者を元気づけてくれる。「いい仕事を紹介してもらつた。利用者からいろいろと話しかけられることもある。ゆっくり聞いてから、

職員さんに何でも相談してみたらと勧めている」。温かくおいしい食事に利用者の気持ちもほぐれるのだろう。上田さんにうれしいニュースが飛び込んできた。1年前に退所した男性が、アルバイトや生活保護を受けながら、仕事を探し、調理員としての職を得たと報告してきた。上田さんの食事に出来合い、背中を押されたという。

とんかつとカレイの
から揚げです。

(月)

ご飯と味噌汁もあります。

(火)

と、ある週の夕食メニュー



(水)



利用者のメッセージ

感謝の気持ちで いっぱい！

私は、昨年の5月から3週間程しらふじで生活をしました。最初のころは、退所してからの生活が不安で思い悩む日々でした。そんな中、しらふじでの食事が私の不安を無くしてくれ、料理長さんの作られる料理で自分の進むべき道を確認できたのです。

迷っていた自分に料理長の食事が、もう一度調理師の道に進むようにと背中を押してくれたのです。

そして、しらふじを退所した2カ月後には、飲食店でパートとして働くことができました。また、今年の5月からは実際に食事を作る仕事につくことができました。自分のつくる料理で皆が幸せになれば良いなど思い作っています。

7月からは、生活保護から縁が切れます。自立に向かつての生活が始まりました。

朝早くから温かくて栄養バランスのとれた食事を提供してくださっているだけではなく、私たちの嗜好も考えておられ、メニューの種類も充実しており、とても感謝し、満足をしています。

(S・Mさん)

毎日、おいしい食事を提供していただきありがとうございます。

(Y・Nさん)

とある週の夕食メニュー



(木)



(金)

いたします。

皆さまの更生してほしいという願いを無駄にすることなく、今後の人生を送り、少しでも恩返ししたいと思っています。

(M・Kさん)

利用者の声

昔話と茶話会

昔話を聞き心が安らぎ、笑いもあり、とても有意義な時間でした。私も子どものころ、布団の中で祖母や両親から昔話をよく聞かされたものです。その土地の方言で語るということは大変趣があり、しかも昔話がたくさんあって感心しました。

また、長年培われた話し方、間合い、テンポが素晴らしく、私も少し勉強したいと思いました。できれば人前で昔話を語れるよう、人に感銘を与えるようなふるまいができるように精進します。安らかな時間をありがとうございました。

(M・Mさん)

幼いころ、おばあちゃんから聞いた昔話を思い出し、少し胸が熱くなりました。私が長い間忘れ

法話の集い

椅子に座った状態でもできる座禅を教えていただき、今後気持ちを落ち着かせたいときや気分転換をするために実践していこうと思いました。

私は、これまでの受刑生活の中で何度か写経をして過ごしたことがあります。そのわけは、社会にいる大切な人たちの無事を願い、制限された生活の中で何かできることはないと考え、思いを込めて写経すれば、その願いはきっと通じるだろうと思ったからです。これからは、大事な人の無事を願いつつ、心の平穏を保つために教わった座禅をしていこうと思います。

(M・Nさん)

無心とはいきませんでしたが、夢中になって座禅ができたため、時間を気にすることもなく集中できることに驚きました。短い時間でしたが、「夢中になる」「集中する」ことはとても大事なことだと改めて思い知らされました。

(M・Mさん)

ていた大切な物改めて思い出すことができたように思い、心から感謝の思いでいっぱいです。この感覚を忘れることなく、更生の道をまっすぐ進んでいこうと思います。

(Y・Nさん)



語り部：多勢久美子さん



法話の集い：若槻光哉氏



ご下賜金拝受

昨年12月23日、天皇誕生日に当たり、その趣旨奨励のご意向からしらふじにご下賜金のご沙汰がありました。26日、多数の来賓の臨席のもと松江保護観察所で伝達式があり、大野理事長、佐々木副理事長、矢野施設長が出席し拝受しました。生涯の感激であり、町内会にもしらふじの利用者にも紅白まんじゅうを配つて喜びを分かち合い、ご意向にそよう役職員一同決意を新たにしました。

ご下賜金拝受



歌手の山川豊さん来訪



3月18日、歌手の山川豊さんが来訪されました。若いころからボクシングをしており、茶話会での体験を通じての熱いお話を利用者は熱心に聞き入っていました。テレビやステージでは大スターですが、実際にお目にかかると本当に気さくな方で、更生保護にも強い関心を持つておられたのが印象的でした。

平成30年度 しらふじ友の会ご入会者

法人会員	11名
特別会員	21名
普通会員	35名
賛助会員	32名

善意のご支援ありがとうございました。

施設の運営にご協力のお願い

施設や事業の充実のために物品や資金が必要です。そのためご寄贈をお願いし、会員を募集しています。会員と年会費は下記のとおりです。

- 賛助会員 2,000円以上
- 普通会員 5,000円以上
- 特別会員 10,000円以上
- 法人会員 20,000円以上

入金および 寄付金振込先	ゆうちょ銀行(口座番号) 01450-1-30366 加入者名 更生保護法人しらふじ
-----------------	---

しらふじ友の会
会員の募集

年賀寄附金配分事業助成金を活用し、「しらふじ」の公用車を更新しました。

(令和元年 6月 18 日)



寄付金

〔敬称略受付順〕

- ◆鹿足地区更生保護女性会津和野支部
- ◆大野美雄
- ◆玉湯地区更生保護女性会
- ◆八束地区更生保護女性会
- ◆松江地区更生保護女性会古江支部
- ◆弥栄更生保護女性会
- ◆尾道地区保護司有志一同
- ◆家島頸史
- ◆福代明正
- ◆松江湖城ライオンズクラブ
- ◆隱岐の島町更生保護女性会
- ◆安栖院家島暉等
- ◆株式会社報光社
- ◆出雲地区更生保護女性会
- ◆境港地区保護司会
- ◆境港地区更生保護女性会
- ◆宍道地区更生保護女性会
- ◆平田地区更生保護女性会平田支部
- ◆松江地区更生保護女性会秋鹿支部
- ◆黒田西原なごやか会
- ◆鹿島地区更生保護女性会
- ◆伯太地区更生保護女性会
- ◆日蓮宗島根県社会教化事業協会
- ◆常教寺
- ◆島根県更生保護女性連盟
- ◆東出雲地区更生保護女性会
- ◆桐岳寺
- ◆吉長義親
- ◆高木禮爲子
- ◆阪本 清
- ◆LCC株式会社
- ◆松江地区更生保護女性会大野支部
- ◆吉田トキ江
- ◆平田地区更生保護女性会伊野支部

寄付品

〔敬称略受付順〕
(平成30年7月1日～31年3月31日)

- ◆岸 順子／洗剤
- ◆田中 廣／食器
- ◆吉野光徳／野菜
- ◆江津地区更生保護女性会／衣類
- ◆鹿足地区更生保護女性会津和野支部／衣類
- ◆田中さとみ／毛布・衣類
- ◆山根れいこ／米
- ◆西尾公恵／バザー商品
- ◆邑智地区更生保護女性会川本支部西地区／衣類
- ◆川上雅文／米
- ◆リビングウイル／果物
- ◆松本 成／スープ
- ◆出雲地区保護司会／食料品・衣類・日用品
- ◆邑智地区更生保護女性会川本支部
- ◆佐々木ミチ子／野菜
- ◆田中さとみ／バザー商品
- ◆高木ツヤ子／衣類
- ◆橋本忠夫／お茶
- ◆松本 祐一／野菜
- ◆建田浩一／野菜
- ◆島田綾子／日用品・電化製品
- ◆佐田地区更生保護女性会津田支部
- ◆野菜
- ◆井上大昂／食品
- ◆野津イマ子／餅
- ◆島田綾子／日用品・電化製品
- ◆佐田地区更生保護女性会津田支部
- ◆村上由美／衣類
- ◆陶山和實／衣類
- ◆北野博幸／衣類
- ◆平田地区更生保護女性会平田支部
- ◆女性会平田支部／日用品
- ◆鹿島地区更生保護女性会／支援物資
(30年7月1日～31年3月31日)

支援事業所会

- ◆柳原 治／米
- ◆スクラム工業／スイーツ
- ◆邑智地区更生保護女性会／野菜・日用品
- ◆田中ふき／バザー商品
- ◆石川正伸／バザー商品
- ◆恩田祥雄／バザー商品
- ◆板倉靖子／バザー商品
- ◆陶山和實／バザー商品
- ◆LCC株式会社／飲料
- ◆米子保護区保護司会／カツプ麺
- ◆青木恵子／支援物資
- ◆永海勝恵／衣類
- ◆島根県更生保護女性連盟／愛の図書
- ◆木山嘉子／布団
- ◆高梁幸子／布団・衣類
- ◆城北第2寿会／雑巾
- ◆島根県更生保護女性連盟
- ◆クリスマスプレゼント
- ◆高木早苗／衣類
- ◆橋本忠夫／お茶
- ◆野津イマ子／餅
- ◆建田浩一／野菜
- ◆島田綾子／日用品・電化製品
- ◆佐田地区更生保護女性会津田支部
- ◆野菜
- ◆井上大昂／食品
- ◆野津イマ子／餅
- ◆島田綾子／日用品・電化製品
- ◆佐田地区更生保護女性会津田支部
- ◆村上由美／衣類
- ◆陶山和實／衣類
- ◆北野博幸／衣類
- ◆平田地区更生保護女性会平田支部
- ◆女性会平田支部／日用品
- ◆鹿島地区更生保護女性会／支援物資
(30年7月1日～31年3月31日)

編集後記

10年ぶりに松江市で開催された「ホーランエンヤ」。渡御祭、中日祭、環御祭とも天候に恵まれたこともあって、前回（2009年）より2万人多い、38万5千人の人手で盛り上がりました。その渡御祭を舟から取材（見物？）することができました。

五大地の櫂伝馬船の勢ぞろいは息をのむほどの迫力と美しさ、真横で見る剣櫂、采振り、櫂かぎの表情からほめたむきさや誇り、使命感がひしひしと伝わってきました。同時に、総代に「おーい」と声をかけられ、笑顔で手を振つて返す距離感、親近感に、門外漢ながら祭りの当事者の感覚に陥つてしましました。

さて、テレビを含めれば何百万人の目をくぎ付けにしたホーランエンヤですが、それもこれも地元や関係者など縁の下の支えがあつてこそ。「伝統を守り、次世代に引き継ぐ」との思いを共有しなければ、今後のホーランエンヤや、次回のホーランエンヤは実現できなかつたでしょうし、10年後に引き継ぐこともかないません。

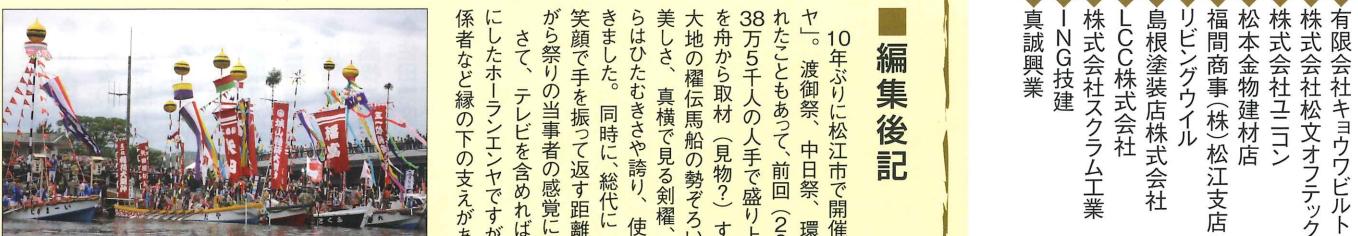
“出航”を前に五大地の櫂伝馬船が勢ぞろい。

迫力満点でした。

（瑛）

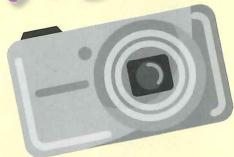
「しらふじ」にも共通する、ホーランエンヤの神體に触れた幸せのひと時でした。（瑛）

- ◆有限会社キヨウビルト工業
- ◆株式会社松文オフテック
- ◆福間商事（株）松江支店
- ◆株式会社ニシ
- ◆松本金物建材店
- ◆島根塗装店株式会社
- ◆ING技建
- ◆LCC株式会社
- ◆株式会社スクラム工業
- ◆株式会社小草建築設計事務所
- ◆眞誠興業



写真アラカルト

Photo à la carte



消防器による消火訓練



江津済生会病院無料健康診断

そば打ち体験会



宍道湖ハゼ釣り大会

しらふじバザー