



2020年7月15日  
発行

No. 79

カトリック大阪教会管区  
カリタス大船渡ベース 地ノ森いこいの家

発行人 諏訪 榮治郎  
編集 スタッフ一同

# 大船渡だより

地域のイベントや活動紹介

ベース自慢のお好み焼きをお届け♪

## サロンが一部再開

コロナ禍で中止していたサロン。この3ヶ月の間、地域の方々が待ち焦がれていました。カリタスでのサロン再開第1号は、まちの保健室さんによる『元気度アップ教室』です。

以前は月に1度、血圧測定、準備体操、レクリエーションや笑いヨガをした後に昼食をいただいていた。また、お誕生月の方をみんなでお祝いをしていました。

今回は、参加される方は入口で体温測定と体調のヒアリング、手指のアルコール消毒をしてホールに入りました。感染症対策の為、椅子の間隔も以前より広くとっていました。

初めに、まちの保健室の方が、新しい生活様式の話や、日々気を付けることを詳しくお話してくださいました。その後行なった準備体操やレクも座ったまま手や足を動かすもので、移動せずとも、結構な運動量でした。途中、配られたペットボトルで水分補給をしました。3ヶ月分のお誕生日のお祝いもして、大いに笑い、皆さんとても楽しんでおられました。



最後に、「一緒に昼食は食べられないけれど、お土産のサンドイッチがあります。家に帰って皆を思い出しながら食べてくださいね。」と温かな言葉とともにサンドイッチが配られました。皆さん、再会をととても喜ばれ、晴れやかな表情で帰られました。



## 大船渡ベースの活動紹介

## 手洗いをご指導していただきました。

『まちの保健室』の方々のご厚意で、ベースで手洗い講習を行っていただきました。

スタンド型の手洗いチェッカーを使い、洗い残しを目で見て確認できること。専用ローションを両手に満遍なく塗り、普段通りに手を洗い紫外線を当ててみると、洗い残した部分が白く光って見えました。その洗い残しの多さにビックリ！特に手の甲はほとんど洗えていないような状態でした。「強力なローションだから誰でも必ず洗い残しが出る。」と言っていただきましたが、かなりのショックを受けました。



その後は何度も手を洗い、結局、手の甲は頭皮を洗うように指の先でゴシゴシと洗うことでやっとキレイになりました。キッチンと手洗いをしていたつもりが、全く出来ていなかったことを早く知る事が出来て良かったと思います。

手洗いの仕方も丁寧にご指導していただきました。固形石鹸は泡立てて使わないと洗浄効果がないそうで、初めから泡で出るタイプの石鹸の方が高齢者の方には使いやすいだろうとのことでした。参考にしていただければと思います。

## 玄関先訪問を行なっています。

カリタス大船渡ベースの活動の中に、『在宅訪問』があります。「こんにちは。」と訪ねると、「入って入って。」と嬉しそうに手招きして喜んでくださったり、「そろそろ来る頃だと思っていた。」と、待っていてくださる方や、「今日初めて声を出した。」とおっしゃる方がいらっやして、ゆっくり世間話をしたり健康面を伺ったりします。そして帰る時には、「楽しかった。」「胸がすっきりした。」と笑顔で見送ってくださいます。

そんな在宅訪問でしたが、新型コロナウイルスの影響で『玄関先訪問』に切り替わりました。今までとは違う訪問に、「入って入って。」「上がってゆっくり話さないと落ち着かない。」「誰にも言わないから上がって行って。」等、様々な声があり、戸惑っている様子もうかがえました。それでも、帰る時に私達を見送ってくださる表情は寂しそうと、申し訳なく思うこともあります。

一日も早く新型コロナウイルスが終息し、以前のようにゆっくり落ち着いてお話をうかがえる在宅訪問ができますように。



地域の方々に、ベース自慢のお好み焼きをお届けしました。

サロンで飲食すると飛沫感染の危険があるので、たこ焼きやお好み焼きサロンはお休みしています。それなら、ベースでお好み焼きを作って皆さんにお届けしようと、週に一度、3回に分けて延べ84人分を作りました。

お昼時間に間に合うように午前中に焼き上げてお届けしました。連絡もせずに突然お邪魔するので最初は驚かれますが、焼きたてのお好み焼きを差し出すと皆さん笑顔になり、「まあ！なんとなんと！わざわざこんな遠くまで持って来たの！」「ちょうど、お昼に何食べっかな？って、思ってた！」と、喜んでくださいました。

お好み焼きにあまり馴染みのない方々の反応が気になるころでしたが、お好みソースの香りに食欲をそそられたようで、「久しぶりにしょっぱい物食べた。べろりと平らげたよ。」と、嬉しい声がありました。

家事が億劫になり単調な食事になりがちな方々に栄養満点のお好み焼きをお届けすることで、心と体の栄養になってくれればと思います。



## 『買物送迎』再スタート！

新型コロナウイルス感染症拡大防止のために休止していた『買物送迎』を、6月から再開しました。

ベースの周辺には震災後、仮設商店街がありましたが、今はコンビニが1軒あるだけで、周辺の住民さんたちは買物難民となっています。週に2回、ベースと近くの災害公営住宅からご利用の方々をショッピングセンターへ送り届け、1時間後にお迎えに行き、ご自宅まで送り届けます。タクシーを利用すると、往復で3,000円ほどかかってしまい、また、バスを利用しても、停留所から重い荷物を持って家まで歩くのに大変な思いをさせていただきます。



3ヶ月の休止を経て活動を再開するにあたり、スタッフ皆で知恵を出し合いました。密にならないよう、7人・8人乗りの車に2人ずつ、2台使用して定員4名。電話による完全予約制としました。必ずマスクを着用していただき、乗車前に体調の確認と手のアルコール消毒をし、出来るだけ窓を開けて車を走らせます。

震災直後から始めたこの活動も、もう9年。歳を重ねていらっしゃる利用者の方々に寄り添い続けていきたいと思っています。

## 2020年6月1日～30日の活動紹介

新型コロナウイルス感染予防対策として、3月から活動を見直しています。なお、個人依頼は依頼ごとに検討し対応しています。

『玄関先訪問』・『買物送迎』を再開しました。地域の方々への電話による状況確認や、絵葉書の送付、『町の様子』の取材も継続し、ブログ、facebookで紹介しています。

### 大船渡市の元中心地の様子 (2020/7/11 撮影)



震災から  
9年4ヶ月…

ボランティア  
登録者数

男性 678人  
女性 1391人  
⇒ 合計 2069人

◆6月1日～6月30日  
ボランティア数  
男 性： 0 名  
女 性： 0 名

新型コロナウイルス感染予防のため、当分の間、ボランティアさんの受け入れを中止とさせていただきます。

### <ベースからのお知らせ>

○カリタス南三陸と共催の『東日本大震災応援ツアー2020』は今年度は中止とさせていただきます。

○県内にお住まいの方には被災地見学のご案内を致します。お問い合わせください。