

広がる配食サービスへのニーズ

配達の「カー・ボランティア」体制が不足

「ひまわり」のお弁当は、栄養のバランスと作り手のこころの暖かさが伝わってくると好評を得ています。現在20数食ですが、おひとり暮らし、高齢者夫婦世帯でなくてはならないものになっています。「現在入院中ですが、2週間後に退院の予定です。ひまわりのお弁当をぜひ配達してください」と訪ねてこられる方など、ニーズは口コミで高まっていますが、残念なことに、これに対応できる配達を担う「カー・ボランティア」が不足しています。「急募！」のポスターもむなしく風に吹かれています。ぜひお知り合いの方に声をかけてください。

沖縄、因島、山形から特産品が続々

全国からの支援に感謝

ヘルシー食品と注目されている「沖縄モズク」の本場、勝連から解禁早々のモズクがどっさり届きました。続いて広島
の因島からは「安政柑」がどっさり。翌日にはなんと山形の
酒田から、最上川でとれた「鮭の塩引き」が届き、ひまわり
は嬉しい悲鳴をあげました。



実は、この「塩引き鮭」は半年吊り下げて風で乾燥させたもので、珍味になるというシロモノ。ひまわりでは入れ歯の方にもおいしく食べていただくように、味醂と酒に一晩漬けて、ミルで粉碎し「そぼろ」にしました。「地産地消」を売り物にしているひまわりも、このときばかりは各地の特産品に舌鼓を打ちました。全国の支援者の方に感謝しながら…。(写真は、1メートル近くもあるカチカチに乾いた鮭)

「ひまわり」ギャラリーが地域の人々の交流の場に



ふれあい食事処「明舞ひまわり」は、狭いながらも壁面が白いクロス張りになっていて、ちょっとしたギャラリー。開店当初から写真、童画、墨絵、キルト、絵画…と展示の希望は3か月後まで予約が詰まっているという状態。最近、近くの明石市の高齢者大学校「あかねが丘学園」の絵画クラブ専用?のギャラリーとなっています。知人の絵を鑑賞がてら、美味しいコーヒーを一杯、人が人呼び賑わっています。微笑ましい風景です。

「まちづくり広場」を明舞の地元サポーター会議で運営

NPOひまわり会の入江一恵代表が、明舞センター2階の「まちづくり広場」の運営委員になりました。明舞団地再生の目玉として県が力を入れている明舞センター商店街の活性化のために、空き店舗を開放して昨年7月オープンした「まちづくり広場」は、今年度からいよいよ地元住民の手によって「地域住民の交流の場」「情報発信の拠点」として機能させようとしています。利用受付の電話を「明舞ひまわり」が提供しています。

野菜販売担当者のつぶやき

野菜、省エネ、季節感…

初代野菜担当だった馬場正宣さんの後をうけて、今年2月から野菜販売担当となった大西東洋司さんは「野菜担当になったおかげで、今年は季節感を満喫しました」と言っています。

春先の“露（ふき）のとう”からはじまって、よもぎ、わらび、ごごみ、筍（たけのこ）…と季節の山野草が店先にならび、それらのあく抜きの方法、食べ方などにわか仕込みの知識を織り交ぜて売り込みに励んでいます。

また、大西さんはエネルギーと環境を考えるNPOのメンバーで、日ごろから「省エネ」を説いていますが、自然の恵みと省エネが結びついたことに初めて気づきました。「太陽のエネルギーが草木を育て、その恵みを抱いている姿が目の前に並んでいました」。いま、淡路島でとれるオレンジがブームです。子どものころ食べた酸っぱい夏みかんを思い出しています。「甘いフルーツが好まれる今の時代には受けないかもと思いながら、ジュースの試飲を薦めながら販売すると、意外に好評です」と新しい発見の毎日です。

「食べ物の原点を考える」などと大げさに構えなくても、人びとの味覚はしっかり本当の姿を覚えているのでしょう。お店に立ち寄られたら、大西さんとそんな談義も楽しんでください。（写真は相生のNPO農場）



◎利用者の声◎

優しい雰囲気かなにより

長年、病床にあった主人をおくつて、虚脱状態になったひとり暮らしの老女です。水彩画や書道教室に通って、皆さまの温かさに支えられて何とか立ち直ることができた現在です。しかし、食欲がさっぱり。ある宅配の昼食を一年あまり続けたのですが、どうも食欲がなく途方に暮れていました。食欲がなければ、生きがいも生まれません。

しかし、世の中は何とかなるものです。

「ひまわり」の話を聞き、4月22日から運動を兼ねてお昼に通っています。まず薄味、美味、材料の心くばり、なんとなく温かい雰囲気に優しさを感じ、ただいまゾクコンです。「ひまわり」のある日は楽しみです。幸福を感じます。夕食も運んでいただき、ありがとうございます。

（児玉利枝 松ヶ丘4丁目在住 87歳）

ボランティアの川柳三句

明舞に 根づくひまわり 咲きつづけ
よい食で 命長らう ありがたさ
おふくろの 味ひまわりに 受け継がれ

「明舞ひまわり」で料理づくりのボランティアとして、お客様の笑顔に励まされて頑張っております。

（明石市太寺 中来田芳子）

明舞ひまわりが県の「地域づくり活動事例集」に トップページの「読み方見本」でも紹介

兵庫県の参画協働課が3月末に発行した「みんなが主役で多彩な活動～地域づくり活動の事例集」で、明舞ひまわりの活動が「高齢者・障害者への支援」の事例として、75の事例のトップに紹介されました。また、この冊子の最初のページにある「この本の読み方」の“モデル”としても扱われています。

ひまわりのテーマは「食を通してふれあいコミュニティづくり」。震災後の長田の宅老所明石の太寺まごの手会での経験を生かし、明舞団地のひとたちの役に立ちたいという「きっかけ」から、地域のコミュニティ



活動の拠点になりつつある成果や今後の夢までが語られています。一読を。