



「当たり前だけど、つい忘れてしまうこと」

もう師走、1年は早いですね。来年は成年。ちょっと犬の話題をお届けします。

6月に犬を飼い始めました。7年間一緒に暮らした犬が亡くなり、しばらく人間だけの日常生活が続いていた我が家に、久しぶりに新しい家族を迎えて早や6ヶ月。この6ヶ月の間に、家族同士の会話が増えたこと増えたこと…。特に飼い始めた1ヶ月は、相談を受ける仕事をしながらも、私自身が家族とあまり話をしなくなっていたことに気がきました。

「手伝って、片づけて・・・」と、注文ばかりの言葉が多かったかも…。今は、犬の様子を互いに話しては笑ったり、時には、ちゃんと犬の面倒をみてよ…とクレームを言ったり。何より、犬に向かって、今日の出来事を話している私もいます(笑)。いつの間にか、日々の仕事やそれぞれの忙しさで、家族とのたわいのない会話も適当にしていたことに気がつきちょっと反省。あらためて、言葉を交わし、会話をするこの気持ちよさを実感しています。

ちょっととぼけた2匹目の子犬は、来年の成年より1年早く我が家に笑いを増やしてくれました。皆さまもどうぞ良いお年をお迎えください。



認定NPO 法人心の架け橋いわて(こころがけ)
産業カウンセラー 白藤 悦子 氏

年末年始の交通事故防止心得

『運転者の心得』

- ☆冬用タイヤの点検と交換。
- ☆普段よりスピードを落としての走行。
- ☆慣れた道路ほど事故が多い油断禁物、凍結注意。
- ☆トンネルの出入口や、橋の上、日陰での走行は細心の注意。
- ☆ハイビーム走行の心かけ。(歩行者の早期発見のため)
- ☆出掛ける際は時間に余裕を持って出発。



『歩行者の心得』

- ☆横断歩道の無い所は渡らない。
- ☆車が止まるだろうと油断せずに運転手の顔を確認してから渡る。



大槌町は飲酒運転検挙者が多いと大槌交番の吉田所長から話がありました。こんな不名誉な事はありません。みんなで協力して大槌町から飲酒運転を撲滅しましょう。



岩手県釜石警察署 大槌交番所長 吉田 明彦 氏

しいたけシュウマイ

材料(2人分)		作り方
しいたけ	6枚	① しいたけの軸を取っておく。
豚ひき肉	60g	② 玉ねぎはみじん切りにする。
A「おろししょうが	小さじ1/2	③ シュウマイの皮は細切りにする。
しょう油	小さじ1	④ 豚ひき肉に A を混ぜ、玉ねぎを加えてこねる。
酒	大さじ1	⑤ ①のかさの内側に片栗粉をまぶし、④を1/6ずつ山形に盛る。
コショウ	少々	⑥ 上に細切りにしたシュウマイの皮を上を散らす。
玉ねぎ	10g	⑦ ⑥の上に少量の水をかけ、電子レンジで3分ほど加熱する。練り辛子を添え、お好みでしょう油をつけていただく。
片栗粉	小さじ2	
シュウマイの皮	4枚	

エネルギー 137kcal 食塩相当量 0.8g

《コメント》

- 温野菜を添えると、おもてなしメニューに早変わりです。
- 蒸し器を使う場合は、5~6分強火で蒸します。
- しいたけに豚肉のうま味がしみこみとてもおいしくいただけます。



大槌町食生活改善推進員団体連絡協議会

2018年1月 サロン行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 大安	6
成年 	元旦 	12月から異動になりました鈴木です。よろしくお願いいたします!! 	新人相談員の三浦です。ほっとおつちから来ました。よろしくお願いいたします!! 	「レクリハ」 場所 ぬくっこハウス 時間 10:30~11:30 		
7	8	9	10	11 大安	12	13
	「ひだまりサロン」 場所 大槌仮設 時間 10:00~11:30 「和の湯」 場所 和野っこハウス 時間 10:00~15:00 「珈琲サロン」 場所 ぬくっこハウス 時間 10:30~11:30		「ひだまりサロン」 場所 大ケロ1丁目町営 時間 10:00~11:30	「レクリハ」 場所 ぬくっこハウス 時間 10:30~11:30 		「ひだまりサロン」 場所 県営屋敷前アパート 時間 13:30~15:00
14	15	16	17	18	19	20
	「和の湯」 場所 和野っこハウス 時間 10:00~15:00	「ひだまりサロン」 場所 大槌第7仮設 時間 10:00~11:30	「ひだまりサロン」 場所 赤浜第3仮設 時間 10:00~11:30 	「レクリハ」 場所 ぬくっこハウス 時間 10:30~11:30 	「カラオケ教室」 場所 和野っこハウス 時間 10:00~12:00	「ひだまりサロン」 場所 末広町町営住宅 時間 10:00~11:30 
21	22 大安	23	24	25	26	27
	「ひだまりサロン」 場所 小槌第12仮設 時間 10:00~11:30 「和の湯」 場所 和野っこハウス 時間 10:00~15:00 「珈琲サロン」 場所 ぬくっこハウス 時間 10:30~11:30	「ひだまりサロン」 場所 小槌仮設 時間 10:00~11:30 		「レクリハ」 場所 ぬくっこハウス 時間 10:30~11:30 	「民謡ショー」 場所 和野っこハウス 時間 10:00~12:00 	
28 大安	29	30	31	お問い合わせ		
	「和の湯」 場所 和野っこハウス 時間 10:00~15:00 おしるべりの様子です! 和野っこハウスの	「ひだまりサロン」 場所 小槌第5仮設 時間 10:00~11:30 		生活支援相談員 080-2826-9834 エールサポートセンター 0193-41-2006 ぬくっこハウス 0193-44-3266 和野っこハウス 0193-42-8708		