

たつなみ 2025（令和 7）年 3 月 1 日発行（毎月一回 1 日発行） 第 474 号

たつなみ

2025（令和 7）年 3 月号
特定非営利活動法人 **たつなみ会**
代表理事 相羽美子
定価 100 円



ホームページは、<http://tatsu73.com>



桜：東京の今年の開花予想は3月21日

日	月	火	水	木	金	土
						1
						麻雀教室 ぬり絵
2	3	4	5	6	7	8
	●定例会			●定例会		
	ひな祭りの 歌レク	写経	輪投げ	春の工作	マジック ショー	脳トレ
9	10	11	12	13	14	15
	ADL体操	俳句の会	京子先生体 操教室	カレンダー 作り	料理教室 いきいき体 操	ぬり絵
16	17	18	19	20 春分の日	21	22
					会報誌発送	
	ボーリング	風物詩塗り 絵	頭の体操	「美文字」 の教室	自己紹介 ビンゴ大会	脳トレ
23	24	25	26	27	28	29
	理容 脳トレ	カレンダー 作り	ウクレレ演 奏	紅白カラオ ケ会	ネイルサロ ン	ぬり絵
30	31				<p>★申し訳ございませんが、カレンダーは急に変更することがございます。どうぞご了承ください。 ★定例会の内容は、3頁をご参照下さい。</p>	
	スカット ボール					

たつなみふれあい昼食会にお越しく下さい

2025年 3月3日(月) ●定例会
令和7年 3月6日(木) ●定例会
3月20日(木) ◆定例会お休み

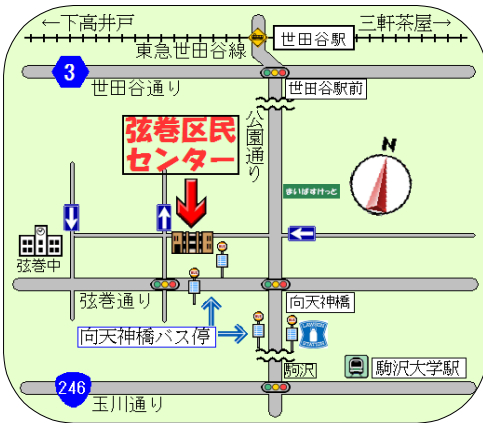
12:00 ごろ ~ 14:30 ごろ

弦巻区民センター料理講習室

昼食代金：400円 弦巻1-26-11
Tel. 3426-9624

ふれあいサロン弦巻「定例会」

◎右記以外の月～土には、10:00～15:30まで、世田谷線上町駅から100mの、憩いの場“とまり木”で実施いたします。



- 12:00～13:00頃まで、ボランティアシェフたちがバラエティランチをこしらえてお待ちしております。
- 午後からは、お楽しみ会です。

◎定例会開催の日は、

- 3日(月) 桃の節句(雛祭り)
- 6日(木) 午前9時ミルクの日のミルクの時間
- 6日(木) 午後9時ミルクの日のミルクの時間
- 20日(木) 春分の日で昼食会はお休みです!

定例会のお楽しみメニューより

事務局長：大橋孝峰

今年のお彼岸中日は、3月20日です。

さて、春のお彼岸につきものの「牡丹餅」。実は、同じものを春夏秋冬でそれぞれ違う正式名称で呼ぶそうです。

◇春＝牡丹餅(ぼたもち)：牡丹の花が咲く季節、すなわち春の彼岸に、神仏や先祖への供物とされた小豆餡の様子を、牡丹の花に見立てたことから。

◇夏＝夜船(よふね)：ぼたもちは、もちと作り方が異なるため、「ペッタン、ペッタン」という音を出さずに作ることができ、隣に住む人には、いつ搗いたのか分からない。そこで、「搗き知らず」→「着き知らず」と言葉遊びをして、夜は暗くて船がいつ着いたのか分からない、ということで、しゃれてますねえ。

◇秋＝御萩(おはぎ)：牡丹餅と同じく、小豆餡の様子を秋の彼岸の時期に咲く萩の花に見立てたことから。

◇冬＝北窓(きたまど)：夜船と同様に、「搗き知らず」→「月知らず」と言葉遊びをして、月を知らない、つまり月が見えないのは北側の窓だ、ということで、うまい!

つまり、1年じゅう食べていた人気スイーツだってことですね。

ただし、ぼたもち(牡丹餅)とおはぎ(御萩)の違いには、以下の説もあるようです。

- ◆もち米を主とするものが「ぼたもち」、うるち米を主とするものが「おはぎ」説。
- ◆餡(小豆餡)を用いたものが「ぼたもち」、きな粉を用いたものが「おはぎ」説。
- ◆「ぼたもち」は、ぼたぼたした感じで、「おはぎ」は「女房言葉」説。
- ◆こし餡を使ったものをぼたもち、つぶ餡や煮た小豆そのままを使ったものをおはぎ説。
- ◆サツマイモを使った物をぼたもち、餡を使ったものをおはぎ説。
- ◆二口程度で食べられる小さいものをおはぎ、それより大きいものをぼたもち説。

ちょうど時間となりました～、つづく

3月11日は東日本大震災から14年

ここまでも災害に備えた人がいた

今年、1995年の阪神淡路大震災から30年。

2011年の東日本大震災直前の1月26日九州南部の新燃岳噴火から数えても、昨年1月1日の能登半島地震まで自然の大災害はなんと27件。火山噴火、地震、津波、台風、猛暑、土砂災害、豪雨、暴風、……。

さて、東日本大震災の時に宮城県東松島市野蒜でこんなにも津波に備えている方がおられることを知り、ぜひ見学させていただこうと、1月4日に出かけました。



現在は高台に引っ越した仙石線野蒜駅



旧野蒜駅は津波に飲み込まれました。

旧野蒜駅から約50mにある、高さ30mほどの山（丘）を買い取り、避難所として利用できるように10年かけて全く人の手を借りずに藪を刈り、柱などの資材を担ぎ上げ、頂上には海が見える展望台、小屋、あずまやを作り、水やプロパンガス、コンロ、石油ストーブ、ある程度の食料も備え整備。

その作業中には「大津波なんて来ないよ」と数人に言われたり、「佐藤山」では変わり者が作業しているとやや揶揄気味に呼ばれました。

そして2011年3月11日午後2時46分、大地震が発生、大津波の襲来によって生命、住宅、雄大な景観など多くの大切なものを一瞬にして奪い、それまでの当たり前ではあり得ない変貌の時が突然やってきて、学校や指定避難所、避難途中で多くの方が犠牲になりました。

その時この佐藤山には合計70名程の人が避難して救われました。

それ以来みなさんが敬意を表して「おさとう山」と呼ぶようになったそうです。



手書きの案内板

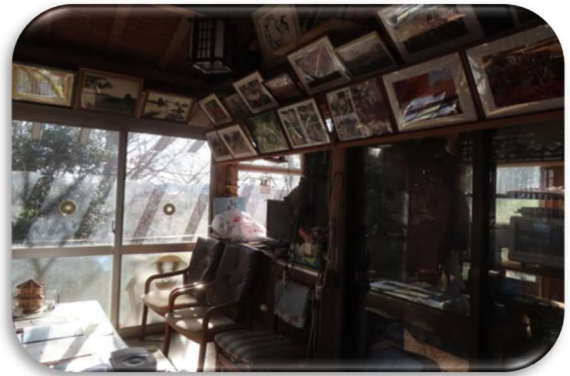


手作りの階段と手すり

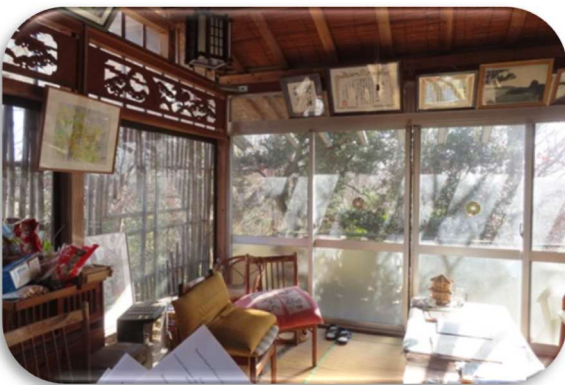
おさとう山



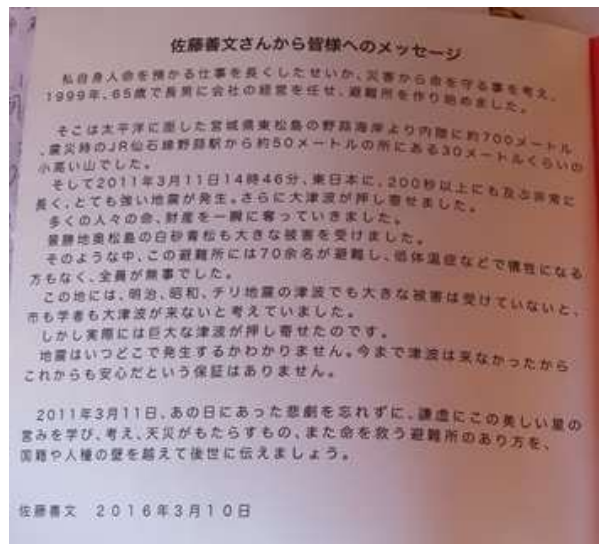
山の上にはあずまや（相当立派です）と小屋（佐藤さんの叔父様が『喫茶去』と名付けました）が建てられていて、震災当時避難したみなさんが過ごされました。



すみません、勝手に小屋（いやいや喫茶去）の中を覗かせていただきました。用意されていたノートには、新年早々に見学に訪れていた方の感想も記入されていました。



小屋（喫茶去）の中は、今でもすぐに利用できるようになっていました。



佐藤善文さんから皆様へのメッセージより

1999年65歳で長男に会社の経営を任せ、避難所を作り始めました。（中略）この地には、明治、昭和、チリ地震の津波でも大きな被害は受けていないと、市も学者も大津波が来ないと考えていました。（中略）謙虚にこの美しい星の営みを学び、考え、天災がもたらすもの、また命を救う避難所の在り方を国籍や人種の壁を越えて後世に伝えましょう。

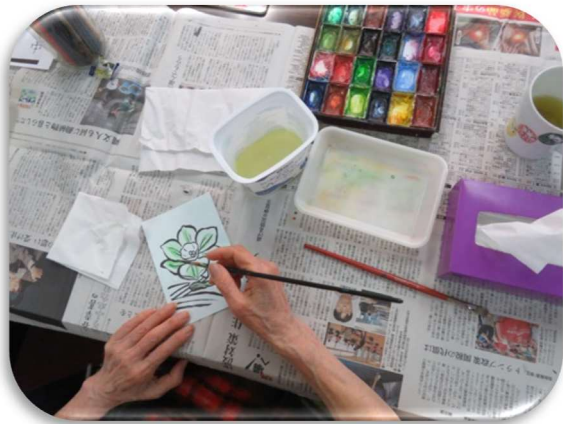
2011 年以降の自然の大災害一覧

1	2011 年 1 月 26 日	噴火	新燃岳噴火	九州南部の新燃岳が 26 日から噴火、その後噴火の規模が大きくなった。4 月中旬沈静化。
2	2011 年 3 月 11 日	地震・津波	東日本大震災	M9.0 の巨大地震。(国内観測史上最大) 最大震度 7。大津波が襲来し多大な被害を与えた。福島第一原子力発電所事故も発生するなど、日本は戦後最大ともいえる国難に直面した。
3	2011 年 3 月 12 日	地震	長野県北部地震 (栄村大震災)	M6.7 の地震。長野県栄村では震度 6 強を記録しており、家屋の倒壊や土砂崩れなどの被害を受けた。
4	2011 年 4 月 11 日	地震・土砂崩れ	福島県浜通り地震	M7.0 の地震。福島県いわき市で震度 6 弱を記録。この地震で復旧中の電力が途絶し最大約 21 万戸が停電した。翌日、同じような場所と深さで M6.4、最大震度 6 弱の地震が発生。
5	2011 年 9 月 2 日	台風	2011 年台風 12 号	9 月 2 日～3 日にかけて、西日本各地に大雨。死者・不明者 92 人。
6	2013 年 8 月 12 日	猛暑	高知県四万十市江川崎 41.0℃	8 月上旬から中旬にかけて全国的に猛暑となり、高知県四万十市江川崎で当時国内観測史上最高となる最高気温 41.0℃を観測した。
7	2013 年 10 月 13 日	台風	伊豆大島土砂災害	26 号台風は、伊豆大島に記録的な大雨による土石流が発生。集落を飲み込み死者行方不明者 39 人。
8	2014 年 2 月 14 日	豪雪	平成 26 年 2 月雪害	14～16 日、普段は雪の少ない太平洋側でも大雪となり、首都圏などでスリップ事故が相次いだ。特に岐阜県・山梨県・長野県では大雪で孤立する集落が相次ぐ。
9	2014 年 8 月 20 日	土砂災害	豪雨による広島市の土砂災害	2 広島市北部の安佐北区・安佐南区の複数箇所にて大規模な土砂災害が発生。広島市内の地質が影響し被害が拡大した。死者 74 人・家屋の全半壊 255 軒
10	2014 年 9 月 27 日	噴火	御嶽山噴火	11:52、登山客が山頂に多数居る時間に突然噴火し多くが巻き込まれた。死者 57 人。
11	2016 年 4 月 14 日	地震	熊本地震	21:26 に前震 (M6.5) が発生し、最大震度 7 を益城町で観測。その後、16 日に本震 (M7.3) が発生。熊本県と大分県の広範囲で震度 6 強～6 弱を観測。
12	2016 年 4 月 16 日	地震	大分県中部地震	7:11 に発生した M5.3 の地震。大分県由布市で最大震度 5 弱を観測。

13	2016年8月16日	豪雨・暴風	台風と前線による大雨・暴風	8月16日～8月31日に発生した台風7号、11号、9号、10号及び北海道地方に停滞した前線による大雨。死者25名、住屋倒壊や浸水などの水害、農作物への甚大な被害。
14	2017年7月5日	豪雨	7月九州北部豪雨	7月上旬に福岡県と大分県で集中豪雨。水害による死者100人越えは平成に入ってから初、昭和期に遡っても長崎豪雨以来である。
15	2018年6月18日	地震	大阪北部地震	7:58に発生した大阪北部を震源とするM6.1の直下型地震。大阪北部で観測史上最大の震度6弱を観測。
16	2018年6月25日	猛暑	2018年の猛暑	6月25日～8月31日、5年ぶりに40度超え、熊谷市で最高気温記録を更新する41.1℃を観測した。台風21号では3mを超す高潮で関西国際空港では滑走路が浸水。連絡橋にタンカーが衝突して孤立状態となる。
17	2018年6月28日	豪雨	西日本豪雨	6～7月上旬に発生した豪雨災害。平成に入ってから初、昭和期に遡っても長崎豪雨以来である。
18	2018年9月6日	地震	北海道胆振東部地震	3:08に発生したM6.7の地震。厚真町で震度7、札幌市東区や新千歳空港などで6弱を観測。
19	2019年8月28日	豪雨	九州北部豪雨	長崎県から佐賀県、福岡県までの広い範囲にかけて、長時間にわたる線状降水帯による集中豪雨。各地点で観測史上1位の記録を更新した。
20	2019年9月9日	台風	令和元年房総半島台風	関東上陸時の勢力では過去最強クラスの台風、令和かつ21世紀では初の命名となった。
21	2019年10月12日	台風	令和元年東日本台風	関東地方や甲信地方、東北地方などで記録的な大雨となり甚大な被害。
22	2020年7月3日	豪雨	熊本豪雨	3日以降に熊本県を中心に九州や中部地方など日本各地に集中豪雨。
23	2021年2月13日	地震	福島県沖地震	東北地方沖を震源とする地震で震度6弱以上を観測した。
24	2021年7月3日	土砂災害	伊豆山土砂災害	静岡県熱海市伊豆山地区の逢初川で発生した大規模な土砂災害。
25	2021年8月11日	豪雨	全国各地の広範囲	8月に全国各地の広範囲で記録的な大雨。
26	2022年3月16日	地震	福島県沖地震	福島県沖の深さ57kmを震源として、M7.4の地震が発生
27	2024年1月1日	地震	能登半島地震	石川県能登半島にある鳳珠郡穴水町の北東42kmを震央として発生し、観測された最大震度は、石川県輪島市門前町走出と羽咋郡志賀町香能で震度7を観測した。

♥♠♦♣ ケアルーム NOW ♣♦♠♥

すみません、特集で大幅に紙面を割いてしまいました。
ほんの少しですが、ケアルームの風景をご紹介します。



2月7日(金)
絵手紙教室



1月27日(月)
ヘアカットサービス



2月3日(月)
マジックショー

節分

節分は、各季節の始まりの日（立春・立夏・立秋・立冬）の前日のことで、昔は1年に4回豆まきを行っていた、というドラマを見た記憶がありますが、現在は立春の前日の節分にだけ豆まきを行うようです。

今年は、1900年以來125年ぶりに立春が2月3日になるため、本当は2月2日が節分でしたが、日曜日にあたってしまったため、2月3日（月）に豆まき（パックに包んだ状態のままなので、正確には豆投げ）を行いました。



ふれあい昼食会のレシピより

雛祭り料理

3月のお料理を振り返ってみたところ、この5年間は新型コロナウイルスの影響と一昨年9月から昨年3月まで弦巻区民センターリニューアル工事の影響を受けまくってしまったことを思い出さずにいられませんでした。

ですから、お雛祭りのお料理は2023年が最新で、その前は2019年まで遡ることになります。現在残っている写真で2011年から振り返ってみました。



2011年3月3日（木）



2012年3月5日（月）



2013年3月4日（月）



2014年3月3日（月）



2015年3月2日（月）



2016年3月3日（木）



2017年3月2日(木)



2018年3月1日(木)



2019年3月4日(月)



2023年3月2日(木)

中止になった期間

2020年3月～6月	新型コロナウイルス拡大防止のため中止
2021年1月～10月	新型コロナウイルス拡大防止のため中止
2022年2月～6月	大規模ワクチン接種会場になるため中止
2022年10月～12月	大規模ワクチン接種会場になるため中止
2023年9月～2024年3月	弦巻区民センターリニューアル工事のため中止

と、このように2020年以来3月が中止になってしまった期間がこんなにありました。さて、たつなみ会のデイサービスは、新型コロナウイルス拡大防止のため活動自粛要請が出ると思いきや逆に、活動継続要請があり、今日まで休まず運営してきました。もちろんお雛祭りは特別メニューをいただてきましたので、ちょっとだけご紹介いたします。



2012年3月3日(土)



2024年3月2日(土)

特定非営利活動法人（NPO）たつなみ会のご案内

● 事業内容

☆ 介護保険事業

- ・ たつなみ会通所介護事業所
- ・ ヘルパーステーションたつなみ
居宅介護支援（居宅サービス計画の作成他）
- ・ ヘルパーステーションとまり木
訪問介護

- ◎ 地域密着型通所介護
- ◎ 介護予防通所介護
- ◎ 総合事業通所サービス

☆ 障害者総合支援事業

- ・ ヘルパーステーションとまり木
重度訪問介護

☆ 憩いの場「ケアルームとまり木」

☆ 移送サービスたつなみ

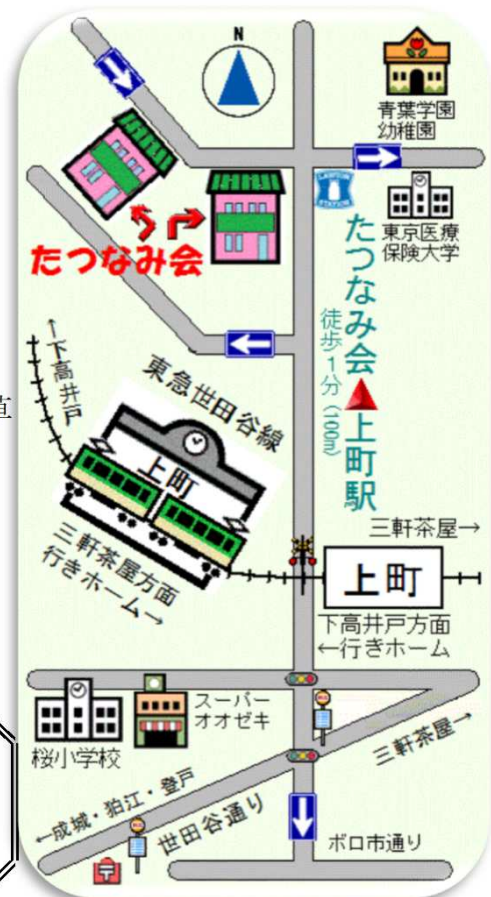
☆ 食事サービスとまり木

☆ 高齢者会食会コーディネート事業たつなみ草

☆ リサイクル事業たつなみリサイクルの会

☆ 研修生受け入れ（随時受け入れ可能）

☆ たつなみコミュニティサロン



会報4月号の発送作業を3月21日（金）午後から、たつなみ会で行います。ボランティア参加できる方、よろしくお願いいたします。

NPO たつなみ会

〒154-0017 東京都世田谷区世田谷3-5-19

電話 03-5450-3751 Fax. 03-5450-3752

ホームページ「たつなみ会」で検索、「[NPOたつなみ会](http://tatsu73.com)」をクリック

または、URL <http://tatsu73.com>

なおPC版は、URL <http://tatsu73.com/sp/index.html>

