

「平堂壇の桜 / 田村郡三春町」



間もなく米寿（八十八歳）を迎えます。私の生まれ育つた時代は、戦争もあり決して裕福では無かった。家族が毎日食べていくのに、必死だった。我が家だけではなく、周り皆がそうであった。私の母は子供の頃から働き者、そんな印象だけが強く残っている。私が朝目を覚ますと一仕事（畑）を終え、朝食の用意を終えていた。夕方は日が暮れるまで仕事をし、夕食が終わると手仕事をしていく。育ち盛りの私達に少しでも食べさせたい、栄養を取らせようと、自分の食べる物を子供達に分け与えておりました。「お母ちゃん」と聞くと決まって「お母ちゃん」は後で後で大丈夫。」と笑顔で答えておりました。私は早く一人前になりお金を稼いで、家族で白いご飯をいっぱい食べようと、子供心に思ったものでした。

現在「新型コロナウイルス感染症」が発症、感染が拡大している。それに伴いマスク、消毒液、トイレペーパー、ティッシュペーパーなど品薄状態である。今まで当たり前のように買っていたものが買いたくても買えないのである。その様な中、マスクが高額転売されたり、店に殺到し喧嘩が起きたりと、ビックリする様なニュースが流れている。この様な事態だからこそ、我先には冷静に行動すべきではないだろうか。そして物の大切さ、当たり前前に生活出来る事の大切さに、感謝する事が大事と考えます。一日も早く感染拡大が治まることを願って。

「今思う事」

老人のおしゃべりより



花粉症対策をしましょう



そもそも花粉症（原因）とは?? .. 杉などの花粉（抗原）が原因となって起こるアレルギー疾患の一つです。特にスギ花粉症は冬の終わりから春にかけて、毎年、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状で多くの人を悩ませています。日本では、杉の他にも檜、稲、ブタクサ、ヨモギなどの約50種類の植物が花粉症を引き起こすとされています。

では花粉症対策として何をすれば??

・ **マスク使用** → マスクを使用する事で、吸い込む花粉の量を約1/3~1/6に減らす事が出来ると云われており、特に鼻の症状が気になる方に効果的です。

ワンポイント ... 大事な事は顔にフィットするものを選ぶ事で、横に隙間が出来ると花粉が入ってきます。衛生面からは使い捨てのものがおすすめです。

・ **メガネの着用** → 通常のメガネでも目に入る花粉の量は約40%減少し、防御カバーの付いた花粉症用では約65%も減少。

注意 ... 花粉症の症状がある時のコンタクトレンズには要注意。コンタクトレンズによる刺激がアレルギー性結膜炎を悪くしてしまう事があります。

・ **換気** → 1000万個、この数字は？ 花粉飛散時期に1時間換気した際に、部屋に入ってくる花粉の数。

ワンポイント ... 換気のコツは開窓の幅を10cm程度、レースのカーテンを使用。（これで侵入する花粉を約1/4に減らす事が出来ます）

・ **洋服選び** → 花粉症対策の第一歩は「花粉を寄せ付けない」外出する時の洋服によって、家に持ち込んでしまう花粉の量に違いがある事を知っていますか。

ワンポイント ... 一般にウールなどの素材は花粉が付着しやすく、綿や化学繊維などは付着しにくいと云われています。

・ **帰宅後に** → すぐに「うがい」「手洗い」を習慣づける。

ワンポイント ... 顔や目も洗浄。出来ればシャワーで全身を洗い流す事もお勧め。

花粉症の方の約9割は、鼻づまりの症状があるとされています。鼻粘膜の状態を良好に保つために、悪化因子のストレス、睡眠不足、飲み過ぎを抑えましょう。



「会津敗れの日 (戊辰戦争)」

前月号から続く

板垣退助は不意に打つ行動が成功してわずか四日目に若松城下に侵入した。だが会津藩は必死に抵抗して落城せず米沢藩が落城し仙台藩が降参しそうになり、さらに官軍が越後口を占領して会津領にせまった。また、二本松方面からの会津攻めは三方面からの入口があった。



板垣退助

一つは熱海・中山峠から沼上峠を越える中山口、二つに御霊櫃峠を越して御代にて御霊櫃口である。このうち石筵口と中山口とは猪苗代湖の北岸を通り御霊櫃口を通って若松に至った。板垣はこれらの道路を研究して御霊櫃口を選ぼうとした。石筵口も中山口も二本松まで近いので敵は防備を固めるだろうし、猪苗代城は焼かれ日橋川の十六

歴史散策

御霊櫃峠

郡山市逢町と湖南町の境となる場所にある標高876mほどの峠。付近の山からは猪苗代湖や郡山市街が見下ろせる。平安時代の後期、前九年の役では、源義家の家臣、鎌倉権五郎景政が災害が相次いだ為、この地の中の霊石に神霊をうつして五穀豊穡を祈願した。この石が御霊櫃と呼ばれるようになったから名付けられたと伝えられる。幕末は戊辰戦争（会津戦争）で会津藩が薩摩藩や長州藩らの官軍の進軍



ウィキペディアより

を防ぐ要衝の地となり、峠周辺には現在でも防塁の跡が残る。また、付近の山の頂上北側には風神社、雨神社という祠があり、古くから水不足の際には雨ごい嵐の際には災害のないようにに神に祈りがささげられたと伝わる。明治時代頃からは、麓の多田野本神社の関係者が毎年6月に参詣する伝統行事が行われている。また、額取山への登山コースの入口となつている他、山つつじの名所として紹介されている。

福太郎介護タクシー 終了のお知らせ

介護タクシーを ご愛顧 いただきまして、誠にありがとうございました。誠に業務を4月30日をもって終了させていただきました。ご利用のお

お客様には、ご迷惑をお掛けいたしますがご了承下さいませよう、宜しくお願い申し上げます。 長らくのご利用、誠にありがとうございました。

橋を落とされたらどうしようもなく米沢藩に攻められたらという危険があった。これを思うと白河城と官軍との連絡を取り勢至堂峠の会津勢を挟み撃ちが良いと考えた。これに對して伊地知は石筵口を主張して譲らなかつた。各自が勝手に進撃しようとなつたが、長州藩が調停して板垣が自説を取り下げたので作戦が統一した。これが二手にわかれていたら官軍の攻撃は弱まるのは事実だった。実際に攻撃すると伊地知説の様に容易だった。こうして苦労のあげく破竹の勢いで会津軍を散らし、会津軍は藩祖正之を祀る見籠山神社を焼いて退却したが、官軍の急追は激しく会津軍に陣容の立て直しの間も与えず、同時に官軍は白河城勢至堂や日光口の官軍も田島口から一斉に会津城下に攻め込んだ。

佐藤 一男



学

作「野邊 学」

俳句 北山白百合俳句会

今年はい 雪なまじのころさきび 不自由な身なれど 庭に出れば 正月 雪あそびし 孫らの赤いスコップ 花とまちがう 雑草の芽ぶき 新芽のふくらみ 春の陽をあび 春は来たり

飯豊山どすと構へ春を待つ 中川 幸恵
マスクして一番列車に乗り込みぬ 鈴木 隆一郎
初東風や今年の畑作計画す 武藤 敏子
着膨れて歩幅小さくなりにけり 佐藤 信子

残されし夕日に染し花大根 Y 子
ひなだんとならんで園児すまし顔 ミエ子

三姉妹われのみ残り桜餅

松 みどり

短歌

月夜かと窓を明ければ真白なり 雪は積りぬ弥生とゆうに 小林 深雪
峠から見おろした町は 霧の中広い湖に見え 幻影な光景に会った朝なり 小林 千恵
クロッカスのぬり絵染め上げ 施設より我の小部屋に春の到来 鈴木 キミ子
立春を過ぎて風も冷たさに 家にこもりてラジオを友とす 五ノ井 星子

絵てがみ



作「渡邊 鶴子」

水彩画 / 山桜



作「高田 壽治」

川柳

川土手の傾りに幾つ露臺 両掌に包み野の香り吸ふ 坂内 久美子

アポなしのウイルス世界股に掛け 感染の終息ひたすら待つ世界 サクラサク度にとんでく赤い熨斗 断捨離をする度過去が消えてゆく 校舍から明るい子等の声を待つ かあさんと鏡に嘘は通じない 川島 英雄

川島 英雄

私たち社員一同で 真心を込めたサービスと 感動を提供します。

福祉用具レンタル・販売・メンテナンス プライムケアイースト株式会社 http://www.pc-east.com

燃料油のご用命は当社にまかせください！



JXTGエネルギー(株)特約店

株式会社 栗林商店

代表取締役社長 栗林 陽志

〒965-0042 会津若松市大町二丁目5-8 TEL 0242-22-3930 FAX 0242-22-2335

車のことなら何でもおまかせください

有限会社 大島ポテイ

〒965-0080 福島県会津若松市神指町橋本59番地 TEL0242-24-7585 FAX0242-32-0775

厚生省生衛第134号

全国介護環境整備協同組合

株式会社 アンミン

〒992-1125 山形県米沢市万世町片子5152 TEL0238-21-4340 FAX0238-24-0166