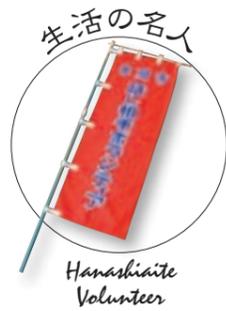


人と接する機会の少ない高齢者や障害者の増進や事故防止に努める「話し相手ボランティア」。

串間市「話し相手ボランティア」連絡会（古川啓之代表）は平成19年8月に発足し、現在13人の会員がそれぞれ活動しています。

主な活動内容は病院、福祉施設、在宅の高齢者や障害者の話し相手になること。直接会って会話することにより孤独感などの不安を解消し、元気をつけてもらうことが目的です。「わたしたちも会話に行くのが楽しみなんです。昔ながらの話や料理のことなど勉強になることも多いですし、なにより、わたしたちが来ることを楽しみに待っていてくれることがうれしいですね」と皆さん、やりがいを持って楽しく活動しています。

「現在、話し相手ボランティアの需要が増えてきているため、ともに活動する会員を募集中です」と話す古川代表。5月15日に会話方法の基礎などを学ぶ養成講座を開催します。話し相手ボランティア活動に興味のある方は、一度受講してみてくださいいかがでしょうか。



地域生活支援センター Wing 前にて。現在ともに活動する会員を募集中です。



在宅の高齢者を訪問する古川代表。

わたしたちとの会話を
楽しみに待っている人たちがいる
本当にやりがいのある活動です

串間市「話し相手ボランティア」連絡会

【漬け物一口メモ】

漬け物には塩漬、ぬか漬、しょうゆ漬、みそ漬、かす漬、こうじ漬などたくさん種類があります。さらに日本各地の気候や習慣などの違いにより、漬け方も多種多様です。



恵子さん「自慢の地産地消漬物」

【漬け物】

炊 き立ての白いご飯のお供にぴったりな漬物。お酒のおつまみとしてもなかなかの相性の良さを発揮します。そんな漬物作りが大好きだというのが、本城地区・浦にお住まいの鎌田恵子さん（59歳）。自分で育てた季節の野菜などを使い、いろいろな種類の漬物作りを楽しんでいます。

恵子さんの漬物作りのはじめは、結婚したばかりのころご主人芳徳さんのお母さんから教えてもらった「三杯漬け」。それ以降、友だちに教えてもらったり、ラジオの放送から得たりした情報をもとに試行錯誤を繰り返しながら、たくあんや塩漬、ピール漬や梅干しなど、さまざまな漬物を作れるようになった。そんな恵子さんの漬物作りは周りから大

好評。「孫たちは漬物が大好きで、例えば高菜の漬物なら、高菜チャーハンにしたり、刻んでおにぎりに混ぜたりして喜んで食べてくれます」とうれしそうに話します。

「若い人たちはあまり漬物を食べなくなっただけじゃないかな」と、若者の漬物離れを気にかけている様子の恵子さん。大好きな手作り漬物のおいしさをもっと知ってもらうために「自分で作った野菜と、その野菜で作った漬物を販売できる小さなお店を持ちたい」という夢があります。

「自分が作った漬物を『おいしい』と言ってもらえると本当にうれしいですよ」と話す恵子さん。これからもいろいろな材料や漬物方を試しながら、夢の実現を目指します。

簡単レシピ

高菜の塩漬

今回恵子さんから紹介してもらった「キュウリのピール漬」「カブの三杯漬」「高菜の塩漬」(上のメイン写真)の中から「高菜の塩漬」の作り方を紹介します。



◎材料

- 高菜……………適量
- 塩……………適量

◎作り方

- 高菜を1日天日で干す。
- ①を塩もみする
- ②をたるに入れ（少量の場合はポウルでも可）、重石を乗せ一晩（漬ける時間は好みで調整してください）漬けておく。
- 水洗いしたものを食べやすい大きさに刻み、酢、しょうゆをかけ食べる（好みでユズなどを絞りかけるとおいしいです）。