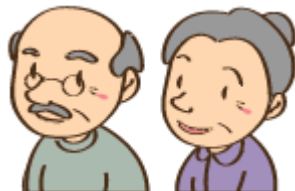


ぼん NPO かわら版



ねん なつ ごう
2008年・夏・3号

みなさま こんにちは！ そろそろ夜も寝苦しくなってきました。

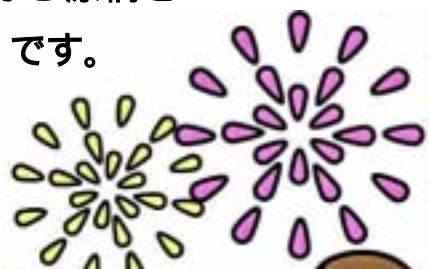
お元気でお過ごしですか。

さて、NPO かわら版 も第3号目になりました。楽しんでいただ
いてますでしょうか。

今回の投稿コーナーとお料理コーナーでは お二人の方から原稿を

いただきました。皆さまと一緒に作っていく かわら版 です。

楽しい紙面作りにたくさんのお便りお待ちしております。



はな さ おか みかんの花咲く丘

一 みかんの花が 咲いている
思い出の道 丘の道
はるかに見える 青い海
お船が遠く かすんでる



二 くる けむり 黒い煙を はきながら

お船は どこへ行くのでしょうか
波に揺られて 島のかけ
汽笛がポウと 鳴りました



かわだ まさこ
川田 正子さん

三 いつ 来た おか 母さんと
一緒にながめた あの島よ
今日も一人で 見ていると
やさしい母さん 思われる

この歌は昭和21年8月に川田正子さんの歌で
大ヒットしました。「せっせっせ」から始まる
お手合わせ歌としても有名ですね。

あつ 暑くなると つめ 冷たい の 飲み物 や た 食べ物
が あい 美味しくなります。でも、
つめ 冷たいものを とり 過ぎるのは 体 に からだ
も 負担 が かかります。
あつ 暑いときに あた 温かい お茶 の
いがい 意外に 喉 の 渴き が おさまり ます。
つめ 冷たいものを とり 過ぎて 体 調 を
くず 崩され ない よう、
みな 皆さんも けんこう 健康管理 には
き 気をつけて ください ね。



自転車安全運転



ただ
～ 正しいルール ～

自転車は、車道が原則、歩道は例外
歩道は歩行者優先で、車道よりを徐行

歩道上で自転車が歩行者を巻き込む交通事故
がここ数年問題となってます。
無灯火や傘さし運転は違反です。



道路標識等で
指定された場所で
安全に乗りましょう！



近年、お年よりや子どもとの自転車事故が増えています。自転車といえども、交通事故を起こした場合は、大きな責任を負うこととなります。乗るほうも、また歩行者としても充分、気をつけてください。



借金問題の解決法

借金問題は必ず解決できます(その一)

今回は借金問題を解決するためにはどうしたら良いか考えてみましょう。まず、皆さんが抱えている借金の内容です。

ギャンブルなどの遊びや、ぜいたくをしたために借金が増えてしまった場合、まずは、生活習慣を見直さなくてはなりません。金銭管理を社会福祉協議会に依頼するのもひとつの方法です。本人が遊興費などに浪費したわけですから、裁判所も「破産して借金を返さなくてもいいですよ」とは言わない可能性もあるので大変です。

借金がかさみ、家賃が払えずにアパートを追い出された場合、ホームレスにならざるを得ません。住居がなくなると年金の受給がストップしたり生活保護が廃止になったりします。新たに生活保護を申請しても敷金などが認められません。

借金はしないことが原則ですし、もし借りても期日まで返すのがルールです。

しかし、生活のため止むを得ず借りてしまった過去の借金が雪だるま式に増えてしまったというケースもあります。借金取りに昼夜追い回されて自殺をした人すら沢山います。そんなケースでは、色々な借金解決法があります。借金問題の解決は早ければ早いほうがいいのです。「任意整理」「特定調停」「個人再生手続き」「自己破産手続き」が主な解決法です。法律扶助制度もありますので、費用について心配はいりません。

困ったときは、まず相談です。消費生活センターや法テラスなどの力を借りましょう。

投稿コーナー

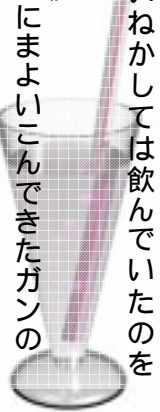
今回は堅粕にお住まいの岩谷さんからのお便りです。
 難病で車椅子の生活ですが元気に頑張っておられます。

・・・サクラ考・・・

今年もサクラ前線も終わり、サクラふぶきも終わり、日本とサクラにまつわる数々も終わった。私は若い頃は和臼にずっと住んで居て、子どもたちが大きくなってそれぞれ結婚して家を出て行ったのでそこを処分して名島に住んだ。その後、病院ぐらしになって和臼病院、九大病院、友愛病院と入院生活を余儀なくされて、現在は堅粕に住んでいる。

和臼に住んでいたときは、庭の前がすぐ海で干潟になっていて、春になると毎年庭に自分で植えて育てたアンズとアーモンドの木に花が咲くがそれが全くサクラの花と同じような花をつけて、花ザカリとなってやがて実をつけるが、和臼干潟に毎年冬がやってくると渡り鳥のガンとカモの群れで、干潟が埋め尽くされ壮観な光景を今も思い出す。和臼干潟はいつもオゾンが一杯、サンソが一杯で、アンズの実をちぎって毎年、梅シヨウチュウならずのアンズシヨウチュウを作って一年くらいねかしては飲んでいたので思い出す。

春は生き物の繁殖のジキで庭にまよいこんできたガンの親子、コドモを三羽ほどつかまえてかってみたが、すぐに死んだ苦しい思い出もある。



バナナの叩き売り

バナナは明治36年頃、台湾の商人が初めて日本に持ち込みました。

41年頃には門司港に大量に荷揚げされるようになりましたが黄色く熟れてしまったバナナをできるだけ早く売りさばくために口上よろしく“バナナの叩き売り”が始まりました。

今回の“お料理コーナー”では、その“バナナの叩き売り”のふくおか愛好会に所属されている高橋さんから、バナナの料理法を教えていただいたので、ご紹介します。



私の生まれは福岡の

色でしられた柳町

博多柳町 柳はないが

歩く姿が柳腰



幼い頃から那珂川の

水で磨いた男伊達

箱崎八幡宮の前 連日皆様

お詣りの前に出された

このバナナ ツヤ・ソリ

味の三拍子

博多に来るときや一人できたが

帰りやバナナと二人づれ

粋な道行き考えて

買った買った買った

チヨイトその奥さん、さつきから

立派なバナナを見て

タメ息ばかりついてるが

買って帰れば極楽よ

高橋昭平さんオリジナルの口上です！



りょうり お料理コーナー

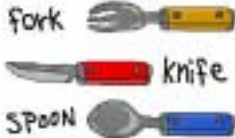


みなみくざいじゅう たかはししょうへい ごしょうかい
南区在住の高橋昭平さんご紹介

ベーコンバナナ

ざいりょう
材料

バナナ・・・1本
ベーコン・・・3枚くらい
レモン汁・・・小さじ1杯



ベーコンはお好みですが、約1cmくらいの大きさに切ります。

バナナも7～8mmくらいの大きさにスライスし、ボールに入れ、レモン汁をかけて軽く混ぜておきます。

フライパンを熱して、油は引かずにベーコンを軽く炒め、続けてを入れバナナのふちが少しとろけるくらいまで炒めて、出来上がりです。

バナナは栄養が豊富でかつ年間を通して手頃な価格で食べられる優れた食品です。

便秘改善、高血圧予防、ガン予防といろいろな効能があります。手軽に食べられるバナナを上手に取り入れましょう！

バナナを皮のまま、オーブントースターに入れて皮が黒く焦げるまで焼く、“焼きバナナ”も簡単で美味しくいただけます。まだ青いバナナも甘くなります。試してみてくださいはいかがですか？

最近、膝が痛くて歩くのがつらくなり
ました。病院に行くと、「太り過ぎ！」との診断。
肥満は健康の敵ですね。
今は、3時のおやつをやめ、
三度の食事も腹八分を心がけて
減量に頑張ってる毎日です。

編集後記



・・・ちょっとお盆のお話・・・
先祖の霊が帰ってくるとされるのが
13日。お盆の準備を始めます。仏壇を
きれいにし、盆棚を作ります。きゅうりと
なすに短く切った割り箸を4本刺して、馬や
牛に見立てたものを作ります。ご先祖さまが
あの世と行き来する為の乗り物という意味
です。

特定非営利活動法人 介護賃貸住宅NPOセンター

えいぎょうじかん
営業時間 9:00～18:00

げつよう どよう にち さいじつ やす
月曜～土曜（日・祭日はお休みです）

〒810-0055 福岡市中央区黒門8番2号

TEL 092-725-3000

