



あ・そうかい通信

ことしも元気に あ・そうかい!

新年会開催

あ・そうかいとしては初めての新年会が7日に行われました。当日は22名が揃い、5時半ごろから2時間たっぷり、それはそれは賑やかなことでした。前半は飲食を介した会話に花が咲き、後半はのど自慢の人達の歌唱の花が咲き、



待機した名ジョッキー(上治さん)も出番なし。新井さんが一手に引き受けてくれた食材や飲み物も豊富で、中にはふるさとや旅行先のお土産の差し入れもあり、卓上も賑やかなこと。準備こそ運営委員が中心でしたが、宴のあとの片付けは全員でアツという間に完了。楽しい、楽しい一年の始まりになりました。

西田家の小豆雑煮

新年会では西田さんがお手製の「小豆雑煮」を振舞ってくださいました。この小豆雑煮が新年会の会場、その後のネット上で話題になりました。みなさん、ご存知でしたか、小豆雑煮。見た目はぜんざい。西田家に伝わるレシピは小豆をスルメと昆布少々で煮、塩、醤油で薄く味をつける。日本では小豆は甘くないと、と言う人が多いので食卓で砂糖を加えても良、ということですよ。

参加者の中にはぜんざいだと思ひ、「これ、全然甘くないよ!」と文句をいった人もいたとか。ご主人は久留米のご出身らしいが、編集子が調べたところ、この小豆雑煮、出雲地方で多く食されているらしく、ルーツはそちらかも。ちなみにぜんざいのルーツは出雲との説もある。もともと雑煮は地方色が強く出る食物。味噌だ、澄ました!丸だ角だ!と格好のふるさと自慢に繋がります。まさしく正月らしい話題に花が咲きました。

鎌倉・江ノ島七福神詣り

1月21日、@あるこうが実施されました。鎌倉は梅がチラホラ咲き始めていました。



魚眼・複眼

正月に、高齢化社会へ7つのアドバイスを頂きました。

第一に【仕事関係者などの「縦」のつながりではなく、友人、地域などの「横」のつながりを早めに築いておく】
第二に【趣味、ボランティアなど、名刺に頼らないコミュニケーションに進んで参加する】
第三に【老若男女分け隔てなくさまざまな立場の人と交流し、仕事以外の話をするように心がける】
第四に【過去の自分を引きずらず、新たな役割に一所懸命取り組む】
第五に【散歩やラジオ体操操など身体を動かしてストレスを発散すれば、新たな仲間も増えていく】
第六に【自分自身の状況・状態を把握しておくために、日々の暮らしぶりを簡単に書き記しておく】
第七に【万が一のとき頼れる緊急避難先を早めに見つけておく。切羽詰まったときは自分から助けを求める】
皆さんには、これらの要素が満たされているのではないのでしょうか。

去年今年

西田直子

昨年はいくつもの新しいことに挑戦した年でした。皮切りはあ・そうかい。このプレハブは何、と通りすぎていた「やまゆり」にこれ程通うことになるとは一年前は想像だにしませんでした。その後、社交ダンス教室、若年性認知症サロンのお手伝い、英会話講師と、今まで家にいることの多かった私がほとんど毎日出掛けるようになりました。あ・そうかいのメンバーになつてから他の色々なことにも積極的に取り組むようになっていくような気がします。お陰でたくさんの興味深い人達と知り合うことができただけでなく、37年の結婚生活で初めて経験する「妻外、夫家」の生活で、ほとんど家事をしなかつた夫が手伝ってくれるようになりました。昨年始めたことがどんな風に展開して行くか、今年もまた excited な一年になりそうです。

我が家の新年会

新井稔弘

新年にまつわることについて原稿依頼があり、記憶をたどりました。我が家では平成12年から1月2日に家族新年会を開きます。この時期は尾守（おくのかみ）の権力と地位が最高になり、下僕はその命令に従うだけです。窓拭き、床磨き、トイレ掃除から料理、テーブルセッティングまで肅々と進めていくことが必須です。



新井シェフ謹製・ローストビーフ

その後は楽しい宴会が延々と続きいつもお酒を呑み過ぎ、尾守から顰蹙をかい、気まずい思いで朝を迎えます。今回だけは同じ失敗をしないようにと心掛けまし

正月三日日誌

須加尾由雄

一月一日 全員集合！
「じいじ、ばあば」 玄関の聞く音と同時に孫の声。
年に一度、家族全員、11人が顔を揃えて、ワイワイと、酒とともに夜が更けていく。
一月二日 大移動
昨夜我が家に泊まった5人とともに、大森馬込の家内の実家へ移動する。ここでまた家族11人が終結。義母は91歳、卒寿を超え、白寿に向かつて、まだまだ健在である。

一月三日 初詣

毎年、39年前の縁結び、赤坂日枝神社へ行く。異変、例年より5倍以上の人数。さらにまえに進むと、異変、いつもの鈴がない。鈴を鳴らさない物足りなさを感じ、恒例の赤坂から渋谷まで、冬とは思えぬ陽射しの下を散歩した。



季節のうた

新しき年の始めの初春の

今日降る雪の いやしけ肴詞

大伴家持

万葉集です。肴詞は吉事とも書き「よごと」と読みます。よいこと、めでたいこと。

「いやしけ」はしきりに、相次いでほしいという意味だそうです。雪の、までは序詞。つまり吉事がしきりに、相次いでほしいという歌。新年にふさわしいめでたい歌です。

句歌歳時記（山本健吉著）より

編集後記

今号は投稿者のみなさんには「新年にまつわること」というテーマで書いていただきました。お二人はご自宅の正月行事、お二人は新年の抱負、それぞれ新年のめでたさと決意の程が伝わってきます。

とかく歳を取りますとマンネリに流れがちな日常ですが、その点でも年の改まりは大切にしたいですね。みなさん！この一年も「あ・そうかい」を舞台に **レッツ・ダンス!**