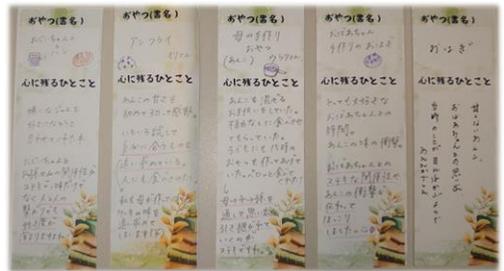




語りあい・読みあいのひとこま



思い出を聞いて
食べたくなったおやつ
読みたくなった本
心に残るひとことを
しおりに書き留め
交換しました。
(写真は一部です)



記録には廣瀬瑠華さんにご協力いただきました。

編集・発行 堺市立東図書館

ひがしブック de とーく 「おやつのおいし」

開催記録



2024.3.6
堺市立東図書館
東図書館読書会

プログラム

14:00~14:40 自己紹介・おやつの思い出・本の紹介



持ち寄った「おやつの思い出」を順番に話します。
心に残ったことを、しおりに書き留めましょう。

14:40~15:20 『ライオンのおやつ』小川系/著 ポプラ社 を読む

15:20~15:50 ゲストのおはなし

15:50~16:00 まとめ（しおりを交換しましょう）

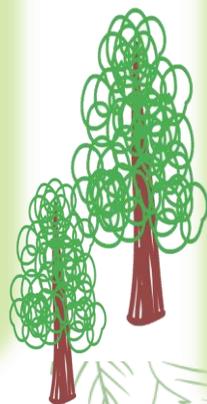
「ブック de とーく」って？

暮らしの中の何気ないことをテーマに、本を紹介しあい、気負わず話して、丁寧に聞いて、お互いの語りを綴って残しましょう。

テーマにそって、専門家ゲストも参加します。

今回は、老年看護学専門の山川みやえさんと学生の廣瀬瑠華さん、堺市内の病院で勤務する看護師さんが参加し、ともに語りあいました。

お役立ち情報もお土産に持ち帰りましょう。
語り合える、相談できる、そんな、本や人とのつながりの場になりますように。



『ライオンのおやつ』を読んで



夏に読むのと冬に読むので、印象が異なる。

海と山に囲まれた瀬戸内の島の風景と隠れ家ホテルのようなライオンの家、一人ひとりとマドンナとの対話、こんなホスピスで最後の時を過ごしたい。フルーツ粥や、島産の（モルヒネ）ワインも味わってみたい。

生まれることと亡くなることは背中合わせ。どちらからドアを開けるかの違いだけ、基にあるエネルギーはなくならないという死生観が根底にある。

人生最後に自分の気持ちに気づく主人公を見て、日常の中にもきっとある小さな幸せや希望を大切にしたいと思った。

今のうちから人生の終わりに向けて準備をしないとと思った。

がんは「死ぬ病ではなく付き合っていくもの」「残りの時間が見通せるので痛みさえコントロールできれば悪くない」など、小説を読みあう中で、医療の選択・向き合い方を語りあう場になっていることに驚きを感じる。



ゲストのおはなし「いのちの時間」



大阪大学医学系研究科 准教授 山川みやえさん

病や認知症とどう向き合いますか

認知症は、一度発達した知能が、脳の変化によって低下していく病。物忘れのような初期症状から始まり、時間や空間認識が衰え、病状が進むと自分で自分の思いを表現することが難しくなってくる。自己表現ができる期間を延ばす治療やケアを主に行う。

患者さんと家族の思い

心臓の持病があり、突然死のリスクから病院で3年間、寝たきり生活を送ってきた人がいる。低血糖で中心静脈栄養を投与するより、命を縮めても自分で食べたい、食べさせたいと願う人もいる。患者本人はどんな生活を望むのか。患者にとっての今、時間の価値を理解し、医療者と本人・家族とどこまで踏み込んで対話ができるかが大切。

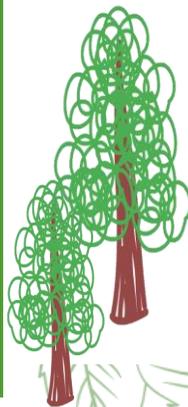
おすすめ本もどうぞ

 <p>お団子 ゼリー</p> <p>Uさん</p>	<p>おやつはお団子から蒸しパン、なんでも作ってくれた母。特にお団子が美味しかった。そんな思い出があるから自分の子どもにも、パートをしても、三時のおやつは必ず作るようにしていた。一番喜んでくれたのは、バナナやみかんを入れて固めて、ちょっと贅沢なガラスのお皿に盛りつけたゼリー。みんな喜んでペロリと食べてくれた。今も作ることが大好き。</p>
 <p>ショート ケーキ</p> <p>Hさん</p>	<p>◆ 『ショートケーキ』 坂木司/著 文藝春秋</p> <p>母がイベント毎に手作りしてくれていた。5号のケーキを家族4人で4等分して、ほおぼるのが大好きだった。今でも一番好きなのがショートケーキ。母の思い出があるから自分もおやつを手作りすることが好き。おすすめは、登場人物5人の、ただ日常の中のほんのご褒美としてショートケーキが出てくる話。読んでいる途中からショートケーキが食べたくなるような一冊。</p>
 <p>いちじく</p> <p>Yさん</p>	<p>◆ 『ふくろにいれられたおとこのこ』 フランス民話 福音館</p> <p>子どものころに幼稚園でもらって読んだ本で、当時、庭に落としたイチジクがとっても大きくなって生った実を食べるというシーンが印象的だった。私が季節はずれに「イチジクが食べたい」と言い、母があちこち探し回って買いに行ってくれたことが思い出として残っている。最近になって、「あなた、この本好きだったね」と母が覚えてくれていて、とても嬉しかった。</p>

とっておきのおやつの思い出を聞きました

◆紹介された本 ◇お話の中から

 <p>ジャム</p> <p>Nさん</p>	<p>◆ 『おじいちゃんとパン』 たな/え・ぶん バイインターナショナル</p> <p>私、ジャムが嫌いだったんですよ。家族は好きなので買ってはきますが、手作りしたり、こだわって選んだりはしなかったんです。でもこの本の、おじいちゃんと孫ちびすけとの掛け合いにはほっこりして、こってりジャムのパンも美味しそうに思えてきて。そんな思い出の本です。</p>
 <p>いきなり 饅頭</p> <p>Iさん</p>	<p>熊本の「いきなり饅頭」知ってる？ 水前寺公園ってあるでしょ。あそこの参道で、郷土料理で売ってるの。母が九州の人で、よく、さつまいもに衣をつけて蒸してくれた。子どもの頃はそればかり。戦後やったからね。ハイカラなものは思い出せないけれど、それが一番、思い出に残っています。</p> <p>◇ 『にっぽんのおやつ』 理論社 「いきなり団子」ともよばれます</p>
 <p>梅ケーキ</p> <p>Yさん</p>	<p>母に作ってもらったおやつよりも、自分が子どもに作ってあげたおやつの方が印象に残っているんですね。よく作っていたのは梅ケーキ。梅シロップや砕いた梅をケーキに混ぜて、せせと作ったら、子どもも家族もみんな喜んでくれて。今年は作らなかったけれど、数年前までは何度も作るおやつでした。</p>



作ってみたいくなりますね

おやつ風景

 あんフライ Mさん	<p>戦時中に岐阜に疎開していたとき、おなかをすかせて帰ってくると、母が作ってくれた。さつま芋や干し柿のような甘さしか知らなかった時に、あんこの甘さを知って感激した。懐かしくて、今でも自分に合う味を追い求めて、いろいろ試作したりしてる。本を読んだら、すぐ作ってみたいくなるし、人にも食べさせたいくなる。孫もいるから。</p> <p>◇ 読んだら作ってみたいくなる、『みをつくし料理帖』 高田郁/著 角川春樹事務所</p>
 蒸しパン Uさん	<p>戦後、親にやってみようた記憶はあんまりないです。親になって、子どもたちに何か…と思って、蒸しパンをよく作ってました。さつま芋なんかあるときに細かく切って、蒸しパンの上に載せて蒸すんです。干しブドウを載せたり。簡単なのに、ご飯の代わりにパンの代わりにもなるし。</p>
 ラスク Hさん	<p>給食で余ったパンを持ち帰ると、母がそれを細かく切って、フライパンでバターと蜂蜜で作ってくれたんです。大人になって、パンが余った時に自分で作ってみても、やっぱり母が作ったラスクの方が美味しかったよなど。今どきの豪華なラスクじゃなくて、余った給食で作ったラスクがすごく好きだったなって思い出しました。</p>

 レモン ケーキ Hさん	<p>小学校低学年とかの小さい頃に、年に一度、家に泊まりに来てくれていた母の友だちが、お土産として箱に入ったレモンケーキを持ってきてくれました。毎年レモンケーキがお土産で、来てくれるって聞いたら、とても嬉しいなって思っていました。</p>
 アイス クリーム Sさん	<p>◆ 『玉子ふわふわ』 早川茉莉/著 筑摩書房</p> <p>子どもの頃のおやつは家で作ることが多くて、特に印象に残っているのは、金属のお弁当箱で作ったアイスクリーム。『暮しの手帖』のレシピだったか、冷凍庫で凍りかけたら何度もかき混ぜて。今から思えば、とても手がかかったおやつだったと思います。</p> <p>おすすめは、おやつのように、小腹が空いた時に食べるようなふわふわした卵料理にまつわるアンソロジー。</p> <p>◇ 『暮しの手帖』</p>
 おはぎ Kさん	<p>おばあちゃんの家に行ったら、おはぎを作ってくれたんです。あんこを絞るのを手伝って、そんなに力を出せなかったのに「しっかり絞れたね」ってほめてくれた時の喜び。つまみ食いしたら全然甘くなくて、そこから砂糖で味付けするんですね。初めて食べたあんこになる前の段階の味の衝撃。大好きなおばあちゃんと二人でいた時間……。何を食べたというより、そんなひと時の情景が感動と結びついて思い出になっている気がします。</p>

