

稲作通信



第2号

平成28年 7月 12日

川室記念病院稲作ケア

プロジェクトチーム

苗の成長の観察

田植えを終え、毎週田んぼのあぜをみんなで一周し、苗の成長を観察しています。

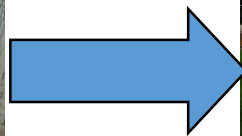
6月から7月までの1ヵ月間に見違えるほどの成長ぶりが見られました！！メンバーから「最初と全然違うね！」と声が上がっていました。

6月7日

Before

7月5日

After



ヤギとのふれあいを楽しみました

6月7日、歩いて田んぼへ向かう途中、病院で飼育している子ヤギ2頭(アーちゃん&ミーちゃん)とのふれあいを楽しみました。子ヤギの愛らしさに夢中になって撫でたり、エサをあげたりして過ごしました。その後、神社に立ち寄り、豊作を祈願し、田んぼに向かいました。1週間ぶりに見る苗は青々としていて、苗の成長にとっても驚きました。



野菜の苗を植えました

田植えが終わり、^{*}中干しを行うまでの間、みんなで話し合い、畑をすることにしました。6月14日、畑の下準備として、スコップや鍬を使って力強く土を掘りました。土の中からたくさんの大ミミズが出てきて、びっくり！！栄養満タンの土で野菜を育てられそうです。

6月21日、ナスとカボチャの苗を一人1本ずつ植えました。

作業後、植えた野菜の品種や植えてみての感想を語り合いました。

お米の成長と共に、野菜の成長もとても楽しみです！

※中干とは…水を抜いて田んぼを干して足場をよくし、刈り取りの仕事をやり易くする作業です。



宇良先生のコラム

私は東京都健康長寿医療センター研究所で研究員をしている宇良と申します。専門は老年心理学で、主に認知症の予防や認知症のチェックリストを開発する研究に携わっています。毎週火曜日、東京から上越の稲作ケアプロジェクトに参加するのを楽しみにしています。

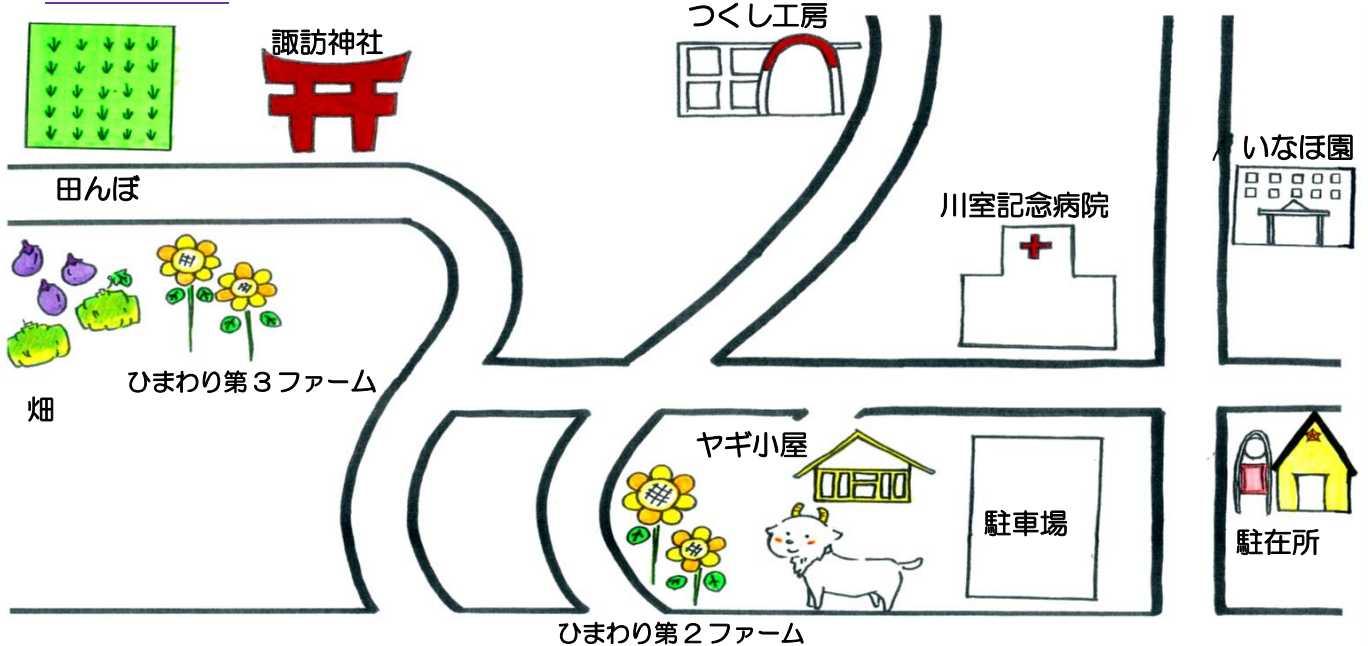
さて、長寿社会となった今、認知症は誰もがなる可能性のある病気です。認知症になると、本人は様々な形で生活のしづらさを感じるようになります。それまでできたことが思うようにいかず不安を感じたり、うつ状態になり生活が不活発になったりすることもあります。こうした状態に陥るのを防ぐためには、認知症になっても慣れ親しんだ環境で一定の生活パターンや馴染みの人間関係を維持し、楽しみや生きがいの持てる生活を継続することがとても大切です。

稲作ケアプロジェクトでは、毎週決まった曜日・時間に仲間と田んぼに出かけて、農作業をしたり、お茶を飲みながらおしゃべりをしたりして過ごします。皆が稲作という目標を共有して稲の成長を楽しみにしながら活動している様子は、一定の生活パターンや馴染みの人間関係の中で楽しみや生きがいを見出すという、まさに私たちが目指している生活そのものではないかと感じます。今後このプロジェクトの成果をもとに、よりよい認知症ケアの方法を確立していきたいと考えていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

(東京都健康長寿医療センター研究所 研究員 宇良千秋)



田んぼ MAP



A.zai

今後の予定

中干(なかぼし)や江立て(えたて)、あぜの草刈りを行っていきます！

江立てとは…川状の畝を作って水の流れをよくします。

暑い日が続きますが、熱中症に気を付けて頑張りましょう！

