

# 稲作通信



最終号

平成 28 年 12 月 13 日

川室記念病院稲作ケア

プロジェクトチーム

## 稲刈りを行いました

いよいよ収穫の時期がやってきました！

みんなで、なかよしグループ田の稲刈りを行いました。

鎌を使って稲を刈り、束ねて、はさ掛けをしました。

汗を流しながら丁寧に作業を行いました。

「刈った稲は、向きを少し変えて置いておくと束ねる人が束ねやすいよ」と互いに教えあう姿や、声を掛け合いながら協力して、作業を行う姿が見られました！



## 脱穀・精米を行いました

コンバインを使って脱穀する様子を見学・体験しました。コンバインに稲を入れると一瞬でスルスルっと藁になってしまいました。「昔は藁を使って草履を作ったり、しめ縄を作ったりしたね～」と思い出話で盛り上がりました！

また、精米機を使って精米する様子を見学しました。玄米を機械に入れると、勢いよく真っ白なお米が出てきました。なかよしグループ田の収穫は **330kg！！** 食べるのがとっても楽しみです♪



どんな味が  
するのかな～



## 収穫祭を行いました

待ちに待った収穫祭を行いました！お祭りということで、レクリエーションやカラオケ、合唱、民謡を踊ったりして楽しみました。収穫祭のメニューは…

- ・新米を使った塩おにぎり ・畑で採れたかぼちゃのきんとん
- ・みんなでいだ梅を使った梅ジュースです！

これまで関わっていただいた多くの方にご参加いただき、みんなで収穫祭を楽しむことができました。

「毎週楽しみだった」「きつかったけどみんなで楽しめた」「また参加してみたい」とみんなで活動を振り返りました。半年間、お疲れ様でした！



## でん お らくまい 田・老い楽米を販売します

お米は、1kg・3kg・5kgの3つを販売予定です。  
お手頃な量の1kg、もう少し食べたいと言う方に3kg、  
家族が多い方には5kgもおすすめです！  
みんなでがんばって作った、白く艶やかな、甘くておいしいお米です。ぜひご賞味ください！

田・老い楽米は以下のところでお求めになれます  
お米の値段と一緒にご確認ください

\*配送をご希望の場合は、別途送料がかかります。  
お届けまでお時間を少し頂戴できれば幸いです。



合同会社 越後つくしの里・ひまわりソーシャルサポートネット  
〒943-0108 新潟県上越市南新保 897-1  
TEL：070-4172-9037 FAX：050-3730-2573

1kg：600円（500円+寄付金100円）  
3kg：1800円（1500円+寄付金300円）  
5kg：3000円（2500円+寄付金500円）

※売り上げは稲作プロジェクトの運営費に活用させていただきます



稲作ケアのあゆみ～お米ができるまで～



5月:田植え



6月:江立て



7月:苗の観察、ひえとり



話し合い



9月:稲刈り、はざ掛け

10月:収穫祭



## 川室理事長より～稲作通信の終章によせて～

認知症者の豊かな生活を願って  
～稲作ケアの関わりから～

平成28年10月3日の「はさ木フェスタ」終了数日後、その会場のはさ木にも天日干しされた「田・老楽米（でん・おいらくまい）」が、私の元に届けられました。この越後米コシヒカリは、認知症の皆様が、一年を通じて稲作ケアを受け、「なかよしグループ・田（でん）」と名付けた水田で米づくりに勤しみ、収穫された、“こころ”の込もった世界一の新米でした。早速、その日の夕食時に食してみると、「なんと、まあ、おいしいこと！」と、感嘆の言葉を発してしまいました。お米は真っ白く光って、味は甘く、粘りがあり、越後米コシヒカリの最高の味でした。

今回この「稲作ケア」研究に、川室記念病院が協力することになったいきさつをお話しましょう。そもそものきっかけは、当院の診療をお手伝いいただいております。また今回のリーダーである東大精神科の岡村毅先生に、私が、当院周辺の自然環境の中で、稲作作業を通じて、精神障がい者のリハビリテーションを行った歴史があることを説明したことでした。その院外作業効果は、稲作作業をグループで実践することで、①対人交流の凝集性が高まり、作業意欲が向上し、社会での就労へのモチベーションになること、②農耕作業に参加することで生活のリズムが整うこと、③体を動かすことで心身の健康がアップすること、④日々食するお米を作ることで感謝の気持ちが生まれることなどをお話しました。この話し合いの中で、今後、この稲作が、超高齢社会で増加していく認知症の予防となり、脳の健康保持にもなるのではなかろうかという視点から、研究計画が立てられ、研究が実現したのです。

この認知症者の「稲作ケア」研究は、本年はパイロットスタディでしたが、今後、多くの成果が得られるという確証は、信じて疑いのないものでした。今回、稲作ケア研究として、米づくりを続けられたことは、米づくりの名人であり、地域の町内会長でもあり、そして当院の元看護副部長であった“石黒太一さん”の多大な尽力によるところが大きかったと思います。また、東京都健康長寿医療センター研究所の心理部門の宇良千秋研究員、文京学院大の山崎幸子准教授の共同研究作業もあったからでしょう。さらに、当院の宮崎 CP、井部 PSW をはじめとするスタッフによる業務中での研究支援体制には、深く感謝するところです。

この新米を多くの方々に試食していただきたいという思いから、近々、クリスマスプレゼントとしてお届けする予定です。この「稲作ケア」研究にご感想、ご意見をお寄せいただければ幸いです。来年も本研究は継続しますので、是非、皆様から引き続きサポートをいただけるようお願いすると共に、来年の酉年が良い年になりますことをお祈り申し上げます。

平成 28 年 師走

川室記念病院

理事長・院長 川室 優

