

もたらして

くれたもの

府中市
ペンネーム

こばやし そうしん

我家の愛猫がその小さな命を閉じた。今から17年前ある日の夕方、娘から泣き声で電話がかかって来た。道路わきにある鉄製のゴミ箱の中から猫の鳴き声があるので見に来てくれとのことだった。

急いで見に行ってみると、なんとスーパリーのレジ袋に産まれた直後の猫が捨てられていた。目も開いてないどころか、身体も濡れたままの状態、放っておけば何時間持ち堪えられるかのような小さい命であった。家に連れて帰ってはみたものの、どうやって世話をしようかと迷い、まずは粉ミルクをお湯で溶いてみ

たが、あまりにも口が小さくて飲ませようがなかった。

そこで自転車の空気注入口のゴムバルブを注射器の先端に着けて、一滴ずつを流し込むことで、なんとか授乳に成功したが、掌に入るような小さな身体で夜も昼も数時間置き授乳であった。自力で飲めるようになるまでほとんど目を離さずに完全介護のようだった。幸いにもすすくすくと育ってくれたのだが、初めて動くものを親と思う習性か、人間を親と思い、家人の姿が見えないと泣き叫びながら家中を探し回り、姿があると安心して静かに寝込んでいる。全くわが子としか言いようのない状態になった。その間、ケガだの病気だの何度も病院通い、まさに家族の一員として今日までの17年を生きて来た。

誕生日が来るたびに「あの

時にあそこを通りかからなかったら、あの日までの命だったのに、今日まで元気に成長して良かったね」が我が家の口癖だった。

そして、「18年目も、もうすぐだね」と話している時期、徐々に静かになり何も飲まず食わずの状態になった。何とか元気になって欲しいと願い、流動食を指に載せて吸わせたり、お湯を沸かして飲ませたりと、最後の最後まで家族の一員として見守って来た。家族の全員がこの子に向ける眼差しは温かく優しいもので、どんなに過保護なことでも許される存在で、出来ることは何でもして来た感がある。だから最後の瞬間も「この子はきつと良い人生（猫生）だったと思ってるだろう」との満足感を以て見送ることが出来たのである。

17年間も家族の一員であつ

たあの小さな命が、我が家にもたらしてくれた大きなもの、それは命を大事にすることの大切さ、そして家族の心を一つにまとめてくれた慈愛の心だったのではないかと感じるこの頃である。

募集

ペットとの思い出などを
書いてみませんか……
お待ちしております。



老後の準備は

出来てますか？

あすなる動物病院

院長 宮澤 智宏

近年ではわんちゃん、ねこちゃんの平均寿命が延びています。10歳を超えてもまだまだ散歩で飼い主をグイグイと引っ張るわんちゃんや、お外でケンカ傷をつくつてくる遅いねこちゃんも頻繁に見かけるようになりました。このような高齢のわんちゃんねこちゃんが元気でいられる背景には、近年の獣医療のめざましい進歩があると考えられます。以前は原因不明だった病気や、治療法が確立されていかなかった病気や感染症などに対抗する医療が多く提供

されるようになったことで、高齢でも元気なわんちゃんねこちゃんが増えてきたということはあると思います。また、飼い主の意識が向上したこと、大切なことだと思います。ワクチンやフィラリア症などの予防医療、普段食べているフード、定期的なグルーミングなど健康に対する意識が以前よりずっと向上したことで、病気の予防や早期発見につながっていると考えられます。しかし、飼い主は高齢なわんちゃんねこちゃんに対する準備が出来ているでしょうか？

現在日本でも人の高齢化が進み、介護を必要とする人が増加してきています。それと同様にわんちゃん、ねこちゃんの高齢化により、介護、介助が必要になってきています。そのために必要な準備、そして心の準備はどのようにすれば良いのでしょうか？

今は元気なわんちゃんねこちゃんでも、だんだんと人間と同様に関節痛や筋肉の痛みなどで歩くことが困難になったり、寝たきりになり、食事の補助が必要になったりします。床ずれを起こさないようなマットや食事の補助に便利なスポイト、最近では歩行を補助する胴輪の様な物もあります。そのような動物介護に役立つものがあるということや、購入するための方法などを調べておくの良いと思います。また、介護に必要な時間的なことも考えておくとい

です。動物の介護には、それなりの時間が必要になります。ずっと一緒にいることは困難でも、ご家族と相談して交代で介護をすることなど、一度話し合っておくことが大切だと思います。また、一人で抱え込まず、動物病院や知人や友人に相談することも、余裕を持って介護するためには必要ではないでしょうか。

わんちゃんねこちゃんの一生涯は、人間のそれよりずっと短いのです。一緒にいる時間を楽しむために、今からでも『老後』のことを意識していただくことがとても大切だと思います。

秋
び
よ
み

11 月	10 月	9 月	
<p>●立冬や冷たき柿を掌にしたる(滝 春一)</p> <p>11/7 立<small>りつ</small>冬<small>とう</small></p> <p>●小雪や古りしだれる</p> <p>11/22 小<small>しょう</small>雪<small>せつ</small></p> <p>糸 桜(飯田蛇笏)</p>	<p>●暦はや寒露の蘭の花の濃し(三田青里)</p> <p>10/8 寒<small>かん</small>露<small>ろ</small></p> <p>●霜降や羽ふるひやまぬ</p> <p>10/23 霜<small>そう</small>降<small>こう</small></p> <p>水の鶴(北谷生)</p>	<p>●蜘蛛の囀の穂草をつづる</p> <p>9/8 白<small>はく</small>露<small>ろ</small></p> <p>白露かな(順園)</p> <p>●秋分やもみづりはやき</p> <p>9/23 秋<small>しゅう</small>分<small>ぶん</small></p> <p>岩蓮華(那須弥生)</p>	<p>当山行事</p> <p>彼岸会</p>
<p>11/3 文化の日</p> <p>11/15 七五三の祝い</p> <p>11/23 勤労感謝の日</p>	<p>10/6 十三夜(後の月)</p> <p>10/13 体育の日</p>	<p>9/8 十五夜(仲秋の名月)</p> <p>9/9 重陽の節句(菊の節句)</p> <p>9/15 敬老の日</p>	<p>祝日等</p>

「こよみ事典」東京美術 参考



シイタケの豆知識

9世紀頃、中国から伝わった干しシイタケ

シイタケは、椎かしの木の枯れ木に生えていたことから、この名がつけられました。中国から日本に干しシイタケが伝わったのは、9世紀頃と考えられています。

江戸時代にシイタケの栽培が始まり、生産量が増えるにつれて多くの人に食べられるようになっていきました。生のシイタケが食卓に登場するようになったのは戦後です。それまでは干しシイタケとして食されることがほとんどでした。

シイタケには原木栽培と菌床栽培の2種類の栽培法があります。原木栽培は、クヌギやコナラ



ながた内科クリニック
院長 永田 宏

などの丸太に種菌を植える栽培法です。一方、菌床栽培は、おがくずに米ぬかやふすま(小麦のぬか)などを混ぜて作った培地に種菌を植えて育てます。

原木栽培のシイタケは肉質が締まっていて香がよいですが、菌床栽培のものに比べると日持ちが短いです。

菌床栽培のシイタケは、原木栽培のものに比べて肉質が柔らかく、味や香りは強くありませんが、日持ちがよく、大量生産が可能なので低価格です。

干しシイタケは 旨みや香りが凝縮

干しシイタケには、大きく分けてどんこ(冬菇)とこうしん(香

信)の2種類があります。カサの開き具合によって分けられており、肉厚で丸みがあるものが「どんこ」、カサが開いて薄いものが「こうしん」です。

どんこは食感がよく、煮物や鍋物にすると、歯ざわりが楽しめます。こうしんは炊きこみご飯などにして、風味を楽しむのに向いています。

干しシイタケは、旨みや香りが凝縮されていて、長期保存が可能です。ダシをとるためのほか、煮物や炒め物など、多くの料理に利用されています。

低カロリーで栄養が豊富

シイタケは低カロリーのうえ、健康によいとされる成分がたくさん含まれています。主な成分として、次のようなものがあります。なお、干しシイタケのほうが生のシイタケより成分が凝縮されるため、栄養価も高くなります。

● エリタデニン

食用キノコの中ではシイタケとマツシユルームにだけ含まれるといわれる成分です。コレステロールの代謝を促して、体外に排出したり、血圧を下げる働きがあるとされています。

● 食物繊維

腸の調子を整え、便秘などを改善します。

● ビタミンD

野菜の中でも、シイタケには比較的多く含まれています。カルシウムの吸収を助け、骨を強くします。

● カリウム

血圧を上昇させるナトリウムを排出する働きがあります。

● ビタミンB1

糖質を分解する酵素の働きを助けます。また、代謝の過程でたまる疲労物質を処理する働きもあります。

● ビタミンB2

たんぱく質の合成にかかわり、健康な皮膚や髪などを作る働き

をします。また、脂肪を燃焼するときに多く消費され、脂質の代謝には不可欠です。

調理前に日光に当ててビタミンDを増加

シイタケを選ぶ際や保存方法、調理法には、いくつかのポイントがあります。また、調理する1時間前に日光に当てておくと、旨みがアップし、ビタミンDが増加します。

● 生シイタケ

カサがあまり開いていない肉厚のもので、カサが割れていないものを選びます。薄い茶色のものがよく、変色しているものは避けましょう。軸(石づき)がしっかりとしたもののが良品です。

生シイタケは湿気に弱く、傷みやすいので、1週間以内に食べきりましょう。保存するときは、ポリ袋か紙袋に入れて、冷蔵庫で保存します。

調理する際は、洗わずにペーパータオルや布巾で汚れを落と

しましょう。濡らすと風味が失われてしまいます。

● 干しシイタケ

よく乾いていて、肉厚のものを選びましょう。ひだ(かさの裏面)黄白色で、かさが欠けていないものがよいものです。保存する際は密閉容器か袋に入れて、湿気のないところで保存します。調理のために戻すときは、約60度のお湯につけます。どんこは一晩、こうしんは2〜3時間に戻ります。戻し汁にも栄養分が含まれているので、煮物やスープなどのダシとして、有効に利用しましょう。

シイタケには生のものと、干したものがあります。それぞれの特徴に合わせて調理しましょう。



シイタケは低カロリーで栄養豊富です。さまざまなメニューに利用し、たっぷり食べましょう。

永煌殿

平成26年6月落成
(立合葬専用待合所)



(読経所)



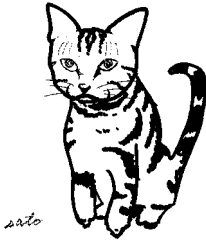
(外観)



(待合所)



(梅干し作り)



●本山：東京都府中市浅間町2-15-1 〒183-0001
TEL.042-365-7676 FAX.042-336-3888
URL <http://www.jikeiin.jp>

●足立別院：東京都足立区加平1-14-3 〒121-0055
TEL.03-3628-7676 FAX.03-3628-7679

編集後記

よろこべば

しきりに落つる

木の実かな (富安風生)

人がよろこぶとそれを感じとるように、しきりに木の実をおとす…。あたかも木にも心があるような…。暖かくて楽しい句ですね。

季節の変わり目ですので、くれぐれも風邪など引かれませぬようご自愛お祈り申し上げます。

合掌

慈 恵 秋季号 No.48

平成二十六年九月一日 発行

発行者 永 田 恵 堂

編集者 長 岡 天 佑

発行所 一八三〇〇〇一

府中市浅間町二十五十一
宗教法人慈恵院 編集部

〇四二一三六五七六七六

印刷所 山二印刷有限公司

府中市浅間町三十四一九
〇四二一三六一一五二二二