

## 片手で作る オンライン料理教室



【福岡県直方市】「こんにちは」。モニター越しに、明るい声で呼びかける伊藤麻理子さん(59)＝白ゆり長。オンラインで開催する料理教室で、講師を務める。教室名は「下町キッチン」。先日は、九州から関東まで各地から約20人が参加した。お手製の料理グッズを使い、右手だけで作業を難しくこなす。その姿に、「おおー」と画面の向こうから歓声が上がった。(9月17日付)

【福岡県直方市】「こんにちは」。モニター越しに、明るい声で呼びかける伊藤麻理子さん(59)＝白ゆり長。オンラインで開催する料理教室で、講師を務める。教室名は「下町キッチン」。先日は、九州から関東まで各地から約20人が参加した。お手製の料理グッズを使い、右手だけで作業を難しくこなす。その姿に、「おおー」と画面の向こうから歓声が上がった。(9月17日付)

「『なにごとをやるか』、できる方を考えるのが料理の楽しさ。人生、同じことと伊藤さん、太極の立ちまわしが、周囲をいつか見る暇らず。

オンライン料理教室の会場は、所属するNPO法人の副理事長宅のキッチン。この日のメニューは、野菜たっぷりサンドイッチ。材料がダイニングテーブルに所狭しと並んで、それぞれは始めますねと、伊藤さんの明るい声でスタート。まずは机一面に滑り止めのゴムマットを敷き、その上に、剣山を接着剤でくっつけた手作りの木製まな板。お世話になった理学療法士のお手製という話になった。

「これは、片手でも本当に使いやすいです。トマトの端を斜めに削りて動かさないようにすると、右で包丁を持ち、スツと輪切りに切っていく。キュウリをむく時は金属製のブツクをべたんと貼る。ブツクに、刃を上に向けてペーパーを掛ければ、キュウリを手前に引くだけで皮がむける。特製ペーパーだ。そのペーパーでキュウリをスライス。ツナ缶もS字ブツクを使って開ける。すべての具材を重ね合わせ、すまようじで刺すとサンドイッチの完成。『あつという間よ』。てきまよとした調理の様子に、誰か驚いた。『あのモニターは人生を楽しむこと』。半身まひになっても変わらませぬ。おいしい料理を作って食べる。そこに自然と笑顔と幸福が生まれます」

「これは、片手でも本当に使いやすいです。トマトの端を斜めに削りて動かさないようにすると、右で包丁を持ち、スツと輪切りに切っていく。キュウリをむく時は金属製のブツクをべたんと貼る。ブツクに、刃を上に向けてペーパーを掛ければ、キュウリを手前に引くだけで皮がむける。特製ペーパーだ。そのペーパーでキュウリをスライス。ツナ缶もS字ブツクを使って開ける。すべての具材を重ね合わせ、すまようじで刺すとサンドイッチの完成。『あつという間よ』。てきまよとした調理の様子に、誰か驚いた。『あのモニターは人生を楽しむこと』。半身まひになっても変わらませぬ。おいしい料理を作って食べる。そこに自然と笑顔と幸福が生まれます」

## 何があっても心は自由

きたわが子。『障がいがある体で、これからどうすればいいの……。未来を悲観した。』  
婦人部(当時の先輩たちが何回も激励に駆け付けてくれた。ある先輩は、「あなたにしかない大切な使命があるのよ。』  
『そうだ。働いている時じゃない。一日も早く元気になるなければ。』  
『目標を掲げた。もう一度、自分自身で』

「これは、片手でも本当に使いやすいです。トマトの端を斜めに削りて動かさないようにすると、右で包丁を持ち、スツと輪切りに切っていく。キュウリをむく時は金属製のブツクをべたんと貼る。ブツクに、刃を上に向けてペーパーを掛ければ、キュウリを手前に引くだけで皮がむける。特製ペーパーだ。そのペーパーでキュウリをスライス。ツナ缶もS字ブツクを使って開ける。すべての具材を重ね合わせ、すまようじで刺すとサンドイッチの完成。『あつという間よ』。てきまよとした調理の様子に、誰か驚いた。『あのモニターは人生を楽しむこと』。半身まひになっても変わらませぬ。おいしい料理を作って食べる。そこに自然と笑顔と幸福が生まれます」

「これは、片手でも本当に使いやすいです。トマトの端を斜めに削りて動かさないようにすると、右で包丁を持ち、スツと輪切りに切っていく。キュウリをむく時は金属製のブツクをべたんと貼る。ブツクに、刃を上に向けてペーパーを掛ければ、キュウリを手前に引くだけで皮がむける。特製ペーパーだ。そのペーパーでキュウリをスライス。ツナ缶もS字ブツクを使って開ける。すべての具材を重ね合わせ、すまようじで刺すとサンドイッチの完成。『あつという間よ』。てきまよとした調理の様子に、誰か驚いた。『あのモニターは人生を楽しむこと』。半身まひになっても変わらませぬ。おいしい料理を作って食べる。そこに自然と笑顔と幸福が生まれます」

## 左半身まひ・高次脳機能障害を越え

「『一緒に頑張っていきたい』と励ますうち、自分が元気になってい



伊藤さん(左)と女性部の友との談笑はいつもにぎやか

「『一緒に頑張っていきたい』と励ますうち、自分が元気になってい

「これは、片手でも本当に使いやすいです。トマトの端を斜めに削りて動かさないようにすると、右で包丁を持ち、スツと輪切りに切っていく。キュウリをむく時は金属製のブツクをべたんと貼る。ブツクに、刃を上に向けてペーパーを掛ければ、キュウリを手前に引くだけで皮がむける。特製ペーパーだ。そのペーパーでキュウリをスライス。ツナ缶もS字ブツクを使って開ける。すべての具材を重ね合わせ、すまようじで刺すとサンドイッチの完成。『あつという間よ』。てきまよとした調理の様子に、誰か驚いた。『あのモニターは人生を楽しむこと』。半身まひになっても変わらませぬ。おいしい料理を作って食べる。そこに自然と笑顔と幸福が生まれます」

## 心停止の約7割が自宅で発生。ご家庭での備えに、「セコム・MyAED」。

心臓に持病があるけど元気に暮らしたい  
子どもにも使えるから安心  
いざというときは、私が家族を助けたい

セコムが提供する、家庭用AED。 5つの特長

- ひと目でAEDとわかるデザイン
- ご家族の「救急情報」をお預かり
- 24時間いつでも看護士に電話相談
- オンラインでAEDの状態を管理
- 「簡易講習キット」で練習が可能

信頼される安心を、社会へ。 SECOM

使い方は簡単! 3ステップ操作

- 1 フタを開けると自動的に電源ON
- 2 フタから電極パッドを外し、胸部に貼る
- 3 点滅するボタンを押して電気ショック

ご家庭でも、救える命があります。

セコム・MyAED 2,640円 (税込)

レンタル料 月額(1台あたり)

■保証金/台(非課税)20,000円  
■AEDレンタル期間 5年:5年以降は1年ごとの自動更新。最大10年(最长10年)まで契約可能。

●AEDは救命のための交換機です。AEDを充電したら、いつでも使用できるように、AEDのインジケータや消耗品の有無を確認しながらご使用ください。●AEDは充電機と専用パッド(電極パッド)は別売です。●電極パッドは消耗品です。再使用はできません。使用期限の異なる交換が必要。●定期交換用消耗品一式(パッド・電極パッド)を交換時のごとに交付いたします。●AEDに不測の事態が発生した際や故障、悪用には、セコムに連絡ください。●お金の取扱い等。AEDの貸出と返却は原則現金でのみとなります。●AEDは家庭用機器であり、医療機関や災害現場での使用はできません。●未成年(小学生以上が対象のことも)、未成年者以外にのみ借り替えが使用していただけます。●販売名:自動体外式除細動器 AED-3100 カルパ/セコムライフ ●設備取扱店:03-22700200/187000 ●販売店:セコム株式会社 東京 都府県本部 11-31-4

資料請求だけでも構いません。気になることは何でもお電話を!

0120-756-892

(受付時間) 9:00~18:00(年末年始を除く) セコム AED 詳細・個人情報の取扱いに関しては、HPをご覧ください。