



らく LIFE



なごみなの里地域福祉サービスセンター 養護老人ホーム 偕楽園

〒981-3623 黒川郡大和町小野字前沢31-1

TEL: 022-346-2221 Eメール: p-kairaku@gamma.ocn.ne.jp

FAX: 022-346-2222 URL: <http://www.miyagi-sfk.net/nago>



「トントントントン……♪」



前門のサンドウィッチ, 後門のいなり寿司



料理教室

富ヶ丘公民館で料理教室を開くのも恒例の行事となってきました。今回のメニューのリンクエーストは「サンドウィッチといなり寿司」で、驚きの炭水化物×炭水化物でした。昔取った杵柄……ではありませんが、見事な包丁さばきで手早く下ごしらえを済ませていました。

完成した料理を並べたところ、サンドウィッチといなり寿司が同時に食卓にあがっている、滅多にお目にかかれない構図でした(笑)。しかし、作った本人達は、美味しさと達成感で満足していました!!



とても分かり易い講話, ありがとうございました!

Dr. 春山の

感染症予防講話

10月初旬、インフルエンザの流行に先駆けて、感染症の予防について、嘱託医の春山先生よりお話を頂きました。インフルエンザの感染から予防までを丁寧に解り易く説明してくださり、利用者の方たちもしきりに頷いたり相槌を打ったりしていました。

去年、偕楽園でのインフルエンザの罹患者は、職員1名でしたが、今年は罹患者0を目指します!!

編集後記

今年も残すところあと僅かとなりました。が、そんな暦とは裏腹に、平野部への降雪もなく、まさに暖冬と言えるような冬となっておりま。感覚的には秋が長いな……といったところでしょうか? 過ごしやすいところはあるんですけど、風情がちよっと(苦笑)

今年最後のかいらくライフとなります。年末年始を迎える為、大変忙しい中だとは思いますが、空いた時間に手に取って、ご覧いただけると幸いです。



忘年会

正月祝い

まめまき

秋季総合防災訓練

10月27日にセンター合同の秋季総合防災訓練が実施され、火災報知器のサイレンが響く中、本番さながらの訓練でした。地域からは大和町消防団さんや地区長さん、婦人防火クラブさんの協力もあり、いざ災害にあっても落ち着いて行動できるよう利用者さんも頑張って避難していました。屋内消火栓の訓練では放水ホースを使用し前庭で放水訓練を体験しました。



構え！放水！！ドバ～！！！！

かぶは、根と葉で栄養成分が異なる食材です。根は、ビタミンCを多く含み、てんぷん消化酵素のアミラーゼを含んでいます。アミラーゼは、胸やけや食べ過ぎの不快感を取り除く作用や整腸作用があるといわれています。葉にはカロテン、ビタミンB1、B2、C、カルシウムなど豊富な栄養が含まれています。



めくみのおすすめ
レシピ(その10)
かぶと油揚げの
ゆずこしょう煮



材料(4人分)

作り方

かぶ 4〜5個
油揚げ 2枚
人参 1本
だし汁 2カップ
砂糖 大さじ1
しょうゆ 大さじ1
酒 大さじ2
ゆずこしょう 小さじ1



パクパクパク...

1. かぶは茎を2cmほど残して葉を切り落とす。皮をむいてくし切りにする。
2. かぶの葉は食べやすい長さに切っておく。
3. 油揚げは熱湯をまわしかけて油抜きし、短冊に切る。
4. にんじんは5cm程度の長さに切って縦4等分する。太い場合は6等分にする。
5. 鍋に調味料を入れ、にんじんを加えて3〜4分煮る。かぶ、油揚げも加えて煮る。
6. 最後にかぶの葉を入れて、ひと煮たちしたら出来上がり。

あの日 あのころ

高橋紀美子さんの場合



昭和10年8月に5人兄弟の3番目の長女として生まれました。幼少期は5歳の時に父が他界、母が料理人をして生計をたてていて、多数の団体客が入ると泊まり込むこともよくあり、寂しい思いが強くあった事を覚えています。学校から帰ると祖母が毎日出迎えてくれていました。祖母は私の面倒をとてよく見てくれていました。母の事に話を戻しますが、私は母には再婚してほしいと思っていました。再婚しないのは、私達(子供)がいるからかと思いついて聞いてみましたが、そうではないと言われ、安心した覚えがあります。高校は女子商業高校に入学しました。同級生や近くの商業高校の男子6人位でよくお茶を飲んだり公園で話したりしました。当時はそんな姿が不良とみなされてしまうような事もあったため、教師から注意を受けたこともありました。

高校時代から学費を工面する為に大手のデパートでアルバイトをしており、卒業と同時に上司の勧めもあってそのまま入社しました。肉売り場やお菓子売り場で働いていました。デパートを退職した後、駅前の喫茶店で働きました。そこで夫との出会いがありました。私の母は夫の事をとても気に入って、婿入りさせたがっていました。夫の両親は否定的でした。そこで母が出向き、粘り強く交渉したところ、希望が叶って結婚に至りました。母と夫と私の3人での暮らしは、今振り返ってみてもとても幸せな物でした。その分それぞれが他界した時は、言葉では言い表せないほどショックを受けました。その後、色々あって今は偕楽園で生活していますが、幼少期に母から「嘘だけはつくな」と育てられたので、その事だけは忘れないように頑張っています。

偕楽園の畑

今年の夏野菜は結構な収穫がありました。しかしながら、九月の大雨でせっかく植えた白菜と大根の種が流されてしまい、植え直しをしたら大変苦労しました。現在は白菜、大根、聖護院カブも生育順調で、まもなく収穫が出来ると思います。

来年度の玉ネギ植え付けと、絹さや、かき菜の種まきも終わり、ひと安心しているところです。「土をいじると元気になって知恵が沸く」といいます、来年も利用者の皆さんが元気で畑仕事が出来るといいですね。



今年は俺達が豊作だったよ♪

農作物の生育状況(平成27年11月10日撮影)



日帰り旅行 in 定義山



柄杓に口はつけないようにね



皆で記念撮影！！



揚げたてはとても美味！！

真面目に参拝しております

10月8日、日帰り旅行第3班は定義山に行ってきました！！
散策から始まり、お参りや食事、買い物を楽しんできました。好評だったのは、やはり名物の油揚げでした。揚げたての油揚げは香ばしく、ふんわりした食感で、これには利用者さんだけでなく、職員も舌鼓を打っております。
今回の旅行は胃袋大満足な旅行となりました笑



さようなら、今までありがとう



長年偕楽園で使用していた公用車3台とお別れすることになりました。いずれも型落ちしているような昭和の香り漂う車輜でしたが、利用者さんの通院や行事で大活躍した車輜達です。ファンカーゴ(右)は引き続き地域支援センターで活躍しています。他の2台とは完全なお別れになり、愛着を持っていた職員は寂しそうでした。3台とも、今までありがとう！！

小羊園との交流会

10月19日、小羊園の子供達との交流会がありました。春先に植えたさつまいもを収穫し、皆でいただきました。利用者さん達も交流会になると喜んで畑に出てくるので、良い刺激になっております。



収穫後、試食中♪



子供達もおいものに夢中です



みんなで楽しく収穫です！



また一緒に遊ぼうね(*^。^*)



ちょっとお日様が眩しすぎるなあ～(～_～)



素晴らしくいい天気で、芋煮会日和でした(*^_~*)



ボランティアの皆様、いつもご協力ありがとうございます(*^-^*)



仲良き事は美しきかな♪
ゞ(●。v')人(v'。o))

10月22日、偕楽園前庭にて芋煮会を開催しました。10月下旬なので、天気や気温が多少心配ではありましたが、杞憂に終わりました。それどころか夏再来!!のような天候で、皆さん汗をかきながら豚汁を食べていました。



平成27年

長寿を祝う会



「おめでとうございます」

「ありがとうございます」



今年のお膳も美味しそうですね♪



「カンパ〜イ!!」



ボランティアの皆さん、ありがとうございました☆

この佳き日を寿ぎ、ますますのご健康
とご長寿をお祈り申し上げます!!



「やっしょ〜♪まかしょ〜♪しゃんしゃんしゃん♪」

9月17日、昨年に引き続き、大和町吉岡のグランダイニングオオサカさんにて、偕楽園利用者の長寿を祝う会を執り行いました。今年は白寿（九十九歳）が1名と米寿（八十八歳）が2名、そして新規敬老（七十五歳）が4名でした。節目のお祝いの方以外の方も合わせると、なんと64名の利用者さんが対象となっていました。そんな中でおこなわれた長寿を祝う会でしたが、毎年の事とはいえ、皆さん普段と見違えるくらい（笑）のお洒落をしての参加でした。美味しい料理や普段飲まないビール（ノンアルコールですが・・・）に利用者の皆さんも大喜びで、終始笑顔が絶えませんでした。食事が一段落すると、ボランティアさんの出し物があり、偕楽園の利用者さん達も手拍子や踊りに大忙しでした。なお、最後には恒例のカラオケもあり、皆さんとても満足していました。