

開催 ♪ 竹春祭 ♪

日中はまだ暑さを感じる日もありますが、朝夕の涼しい気候が、秋の到来を予感させてくれます。9月に入ると報道や街並みから「秋」を感じる事が多くなつたように思います。「秋」は過ごしやすくなる季節ですが、皆さんはどんな事に「秋」を感じますか？ 私たちは当然、秋祭りとなつた「竹春祭」です。

さて、今年は9月26日（土）に下記の予定表どおり行います。昨年より秋に開催日に移したり、法人内の保育園児と交流の一環として参加してもらう事や、ご利用者も参加してのゲームを組み込んできました。毎年少しずつパワーアップを図っておりますので、皆さん是非ご参加いただければと考えております。

また、今回の出店は「おにぎり」「飲み物」「コイン落とし」「輪投げ」「焼きそば」「たこ焼き」「おでん」「ミニお好み焼き」「ソー스せんべい」「綿菓子」の10種類を用意しております。

ご参加いただける皆さんに喜んでいただけるよう、開催まで職員一同で準備に取り組んでまいりますので、ご期待ください。

なお、当日は施設内の駐車場で行いますので、駐車スペースがありません。学研北生駒駅周辺の有料駐車場をご利用いただき、学研北生駒駅と施設を往復する送迎車両をご利用していただきますようお願いいたします。

施設長 大北 淳

第7回竹春祭 ～「GO!GO!ちどり」～

9月26日（土） 14:00 ~ 17:00

14:00 竹春祭 開会	15:20 盆踊り 2部
14:10 盆踊り 1部	16:00 ドッグセラピー
14:35 保育園児 出し物	16:30 かき氷早食い大会（職員参戦）
14:50 玉入れ大会（ご利用者も参加）	17:00 閉会



季節の枕 24節季

24節季は古代中国で考えられた、1年を24等分にして季節を表したものです。

9月には「白露」と「秋分」があり、「白露」は草の葉に白い露が結ぶという意味で、段々と秋を感じられる頃です。「秋分」は昼と夜の時間が同じになる日



主な目次

1面…冒頭分、竹春祭のご案内、季節の枕 2、3面…各階活動報告

4面…デイサービス便り 5面…日常の様子

6面…施設長、管理栄養士のコーナー

小綬鶏 こじゆけい

2015
第53号
発行元
社会福祉法人
晋栄福祉会
高山ちどり

日中はまだ暑さを感じる日もありますが、朝夕の涼しい気候が、秋の到来を予感させてくれます。9月に入ると報道や街並みから「秋」を感じる事が多くなったように思います。「秋」は過ごしやすくなる季節ですが、皆さんはどんな事に「秋」を感じますか？ 私たちは当然、秋祭りとなった「竹春祭」です。

また、今回の出店は「おにぎり」「飲み物」「コイン落とし」「輪投げ」「焼きそば」「たこ焼き」「おでん」「ミニお好み焼き」「ソーゼンべい」「綿菓子」の10種類を用意しております。

ご参加いただける皆さんに喜んでいただけるよう、開催まで職員一同で準備に取り組んでまいりますので、ご期待ください。

『好きなおでんの具
ランキング!』

来たる9月26日(土)に、当施設にて毎年恒例竹春祭を開催します。屋台には、焼きそばや綿菓子、ソース煎餅などがございますので、ご利用者の皆様と一緒に召し上がってください。

さて今回は、竹春祭の屋台でも売り出します、「おでん」についてお話しします。

今回おでんを売り出すにあたり、どの具が一番出るのだろうかと職員で悩み話していたのですが、好みが分かれるため、「全国好きなおでん

心の浄化（カタルシス）

今年の夏は連日大変な猛暑でした。気温が40度を超える場所も出るなど、想像しただけで身体に負荷がかかる気がしてしまいます。

今回は身体や精神に負荷をかける「ストレス」を発散し、スッキリできるという「心の浄化作用」というものを皆さんと一緒に考えたいと思います。

今の現代社会は先述の気候によるものや、仕事や家事からくるストレスが多く、私たちは常にそれらと戦っていますが、皆さんそれらへの対応方法は取っていますか？

の具ランキング」なるものを調べてみました。

すると、全国どの地域でも第1位は断トツで「大根」、第2位は「卵」でした！

第3位は、関東以外のエリアでは「こんにゃく」だそうです。関東では「ちくわ」が食い込んだようです。

第4位、第5位では地域差が出て北海道・東北では「餅入り巾着」「はんぺん」、北陸甲信越では「ちくわ」「餅入り巾着」、関東では「こんにやく」「はんぺん」、東海では「餅入り巾着」「ちくわ」。

関西以西では「牛すじ」が躍進し、
関西では「牛すじ串」「厚揚げ」、

物理学の分野で使用されていたものらしく、私たちがよく聞き、使っている「ストレス」は医学や心理学の分野のものです。簡単にメカニズムを説明すると、心や身体にかかる外部からの刺激を「ストレッサー」、ストレッサーに適応しようとして、心や身体に生じた様々な反応を「ストレス反応」と言うそうです。

ストレス反応は人それぞれ違うと思いますが、どんな文献にも対応方法は「上手く付き合う方法を工夫する」というものが多いです。とは言え、上手く付き合うといってもどうすれば・・・という方に今回の「心の浄化作用」を提案します。「カタルシス」という言葉でも表されますが、「心のわだかまりが何かをきっかけに一気に解消する」

中国・四国では「餅入り巾着」「牛すじ串」、九州・沖縄では「牛すじ串」「餅入り巾着」とのことです。

「ちくわぶ」については、関東では約30%の支持があるようですが、関東以外では15%程の支持しか集められないなど、地域差は微妙に出るようです。

というわけで、今年の竹春祭の屋台おでんの具は、「大根」「卵」「こんにゃく」「厚揚げ」…と、順序良く予定とランキングがマッチしていたのですが、5つ目は「ゴボ天」になりました。

今回は上記5種類の販売で、3つで100円となっております。

ご利用者の皆様と1年に1度の竹

事を指すようです。皆さんも映画を観て大泣きしたり、すごく笑った後、気持ちさがスッキリしている事はないですか？要はそういう状態を作るといふ事です。ですので、お気に入りの本やいつでも泣ける映画などを用意して、ストレスを感じるなあと、思う時はそれを見て、スッキリしてください。ちなみに私がいつでも泣けるメジャーな本は「ワンピース」の9巻です！それでは最後までお付き合いいただきありがとうございます。

施設長 大北 淳

編集後記

皆様、こんにちは。

今回、小綬鶏の編集を担当させて頂きました4階介護職員の間中と申します。

秋といえば様々な秋を思い浮かべますね。スポーツの秋、芸術の秋、読書の秋：など人によって様々な楽しみがあります。

僕の楽しみは、何と云っても食欲の秋です。食べるのが好きなので、美味しい食べ物が多い秋から冬にかけてはういしい食べ過ぎてしまいます。

僕の中で秋の食べ物のお勧めは、秋刀魚のお造りです。

編集担当 田中



春祭を楽しく過ごせるよう職員一同
企画進行中ですので、どうぞお越し
くださいませ。

管理栄養士 林 布由子

管理栄養士
林 布由子

日常の風景



2階活動報告

皆様、こんにちは！7月の猛暑でこの夏はどうなる事かと心配でしたが、8月は少し落ち着いたように感じられましたね。しかし、暑いことには変わりはないので、熱中症にならないように気をつけて下さいね。さて、2階の様子をお伝えしたいと思います。

先月号でお話していましたが、6月の父の日に合わせて男性ご利用者の方達とイオンにプレゼントを買に行きました。普段このように買い物に行く機会がない為か、とても楽しそうな様子で職員の見立てに「ふふふん」と笑われたり、「ちょうどこれ欲しかったから助かるわ」と話され、喜んで頂けたようで嬉しく思いました。

7月はお昼ご飯に「くら寿司」に行きました。席に着くと待ちきれない様子でレインを指差して「早く」と催促されたり、何を食べるか悩んで

なかなか食べられなかったり：皆様、それぞれのペースで楽しんでおられました。少ない方は3皿で終了されていましたが、一番多い方は11皿も食べておられました！その方曰く「1皿1貫だけのもあったんやで。美味しかったからいっぱい食べちゃったわ」との事。思っていた以上に好評だったので、まだ行きたいと思っています！



2階 熊澤



3階活動報告

少し涼しい日が出てきました。が体調など崩れやすお過ごしでしょうか？3階のご利用者は皆様元気に過ごされています。

7月5日に七夕祭りを行いました。2週間程前から、飾りつけと一緒に作って頂き、飾りつけも積極的にお手伝いして下さいました。短冊には、ご自身で何を書こうかな？と悩まれながら記入されるご利用者や、字が汚くて恥ずかしいから書いて職員に頼まれるご利用者もおられました。皆様、思い思いの願いをたくさん飾らせて頂く事ができました。

七夕祭りでは、皆さんと一緒に歌を歌い、短冊の紹介をさせて頂きました。その後、楽しみにされていた特別メニューのおやつですが、「かき氷」をご用意させて頂きました。3種類のシロップとトッピングにこしあん・練乳を用意しそれぞれ好みをお聞きして提供させ

て頂きました。こしあんは皆様好まれますぐになくなってしまいました。シロップはイチゴ味が一番人気でした。少し肌寒い日でしたが、皆様好みのかき氷を作り「美味しかったよ。ありがと」と労いの言葉もかけて頂き、喜んでおられました。



3階 伊勢



4階活動報告

夏の暑さが少し落ち着いてきたこの頃、皆様元気にお過ごしでしょうか。4階の皆様は元気に過ごされています。

さて、7月と8月に4階フロアで食事レクレーションを行いましたのでその時の様子をお伝えしたいと思います。

まず、7月には夏の季節感を味わって頂くためにスイカ割りをしました。スイカ割りと言ってもスイカを割るのではなく、スイカを食べて頂くことをメインイベントにした為、スイカを割っている所を見てもらい、その後皆さんに召し上がって頂きました。皆さんスイカを見ると嬉しそうにされていて、何個もスイカを食べられたり、スイカの皮まで食べようかというくらい、きれいに食べておられました。

8月には、昼食に焼きそば作りをしました。ご利用者の目の前で職員が焼きそばを作り、できたての匂いや作っている雰囲気を感じて楽しんで頂きました。

これから秋になるにつれて涼しくなりますので、散歩やドライプなど外にでかける機会を設けて元気に過ごして頂きたいと思います。

4階 田中



季節の花

秋になれば涼しくなり、外に出かける機会が多くなるかと思えます。外に出かけると、この時期では紅葉やコスモス、すきや金木犀など様々な花が咲き、見る人を楽しませてくれます。

秋には「秋の七草」と呼ばれるものがあるのをご存知でしょうか。春の七草といえは、セリ・セスナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロがあり七草粥にして食べます。「秋の七草」は萩・すすき・桔梗・撫子・葛・藤袴・女郎花があり、こちらは花を見て楽しむそうです。

よく目にして馴染みのあるのが、十五夜のお月見でお団子と一緒に飾られるすすきです。すすきの語源は、すすきとまっすぐに立つことを表す「スス」と草や茎を意味する「キ」から成り立っているそうで、活力という花言葉があり、すすきの生命力の強さを表しているそうです。また撫子には純愛や大胆という花言葉があり、なでしこジャパンのチーム名の由来にされ、

女性らしく誰からも愛されるチームを目指して健気なプレーをするスタイルを表しているそうです。

花の名前には色々な意味が込められているので、目を見て花言葉を知ることにより一層楽しめるかと思えます。秋のお出かけ田和に、花言葉をたよりにしてお散歩をしてみたいかがでしょうか。

4階 田中





猛暑の夏も過ぎ去り、ようやく過ごしやすくなってきました。皆様、特にお変わりなく今夏を乗り切られたでしょうか？今回は、この7月・8月の猛暑にも負けずにお元気にご利用下さったご利用者の様子を主にこれまでも実施したことを中心にお伝えさせて頂きます。

まず7月のレク風景のご様子を報告させて頂きます。

2日（木）には「箱の中身は何でしょう」を提供。ダンボールで作った箱に両手を入れて、手でさわり箱の中身を当ててもらうゲームです。皆さんおそろおそろ箱に両手を入れて、じつ

くりと箱の中身を当て触り「ボール」「スポンジ」「ざる」等と大きな声で、箱の中身を笑顔で当てられていました。

3日（金）、4日（土）はストラックアウトをしました。1～9の数字を的に、ボールを投げて点数を競いました。四角いのにどれだけボールを当てるかを考えられて「どうやって投げようか」「大きい数字がいいんやね」などと仰りながら、ボールを的に投げられていました。高得点が出る、「すごいやん」「いっぱい入ったね」と利用者間で声を掛けられて、盛り上がりしました。

13日（月）～18日（土）にかけては、スノードーム作りをしました。瓶の中に、数種類の中からビーズを選んでもらい、水のりと精製水を入れて完成。ビーズの選び方で、色んなスノードームが出来て、「涼しげだね」と皆さんに好評でした。

続いて、8月のレク風景のご様子を報告させて頂きます。

4日（火）6日（木）には、「冷やしぜんざい」作りをし

した。あずきをお湯に入れて、かき混ぜながら砂糖・塩を少し入れて、味見をしながらあずきを作りました。団子は、白玉粉に水を入れて丁度良い硬さになるまでかき混ぜて、皆さんで団子を丸めて、沸いた湯に丸めた団子を入れて、団子が浮いてきたらザルで救い上げる作業を皆さんで役割を決めて取り組みました。喫茶時に、出来上がった冷やしぜんざいを皆さんで頂きました。「美味しいね」「みんなで作ったら何でも美味しいよ」などと仰りながら、皆さん完食されていました。

13日（木）、14日（金）には、「かき氷作り」をしました。いちご・メロン・レモン・練乳等の蜜を選び、かき氷器で削った氷に、蜜を掛けて頂きました。すくすく暑い日でしたので、「冷たいもの食べたらすっきりだね」などと仰りながら好評でした。

17日（月）、22（土）は、「ワッフル作り」をしました。ホットケーキの元に牛乳を入れて、ワッフルメーカーで焼き上

げました。最後の盛り付けでは、アイスクリームをワッフルの横に添えて出来上がり、皆さんで役割分担をして作りしました。喫茶時に皆さんで食べましたが、「出来たては美味しいね」「アイスクリームと合うね」と仰りながら完食されていました。

24（月）～29（土）には、「風鈴作り」をしました。真っ白な風鈴に、絵の具で色付け作業をしました。皆さん、それぞれ個性のある色付に出来上がり、高山ちどりの玄関に飾りました。

次号は、秋も深まりつつある11月中旬頃のお届けとなりますが、それまで皆様お体を労りながら、食欲の秋・スポーツの秋など、思い思いの秋を満喫して下さい。

デイ介護職員 鮫田

