



さくら便り

七月に入り暑い日差しが戻ってきたと思ったり各地でまたで洪水、土砂崩れなどの被害が起きています。早く本来の綺麗な星空が見たいものです。

七月七日は七夕でしたね。

七夕の由来は、日本の行事 棚機

たなばた(たな)だったそうですが、

時と共にお盆を迎える準備として七月七日の夕に行うようになり、

現在の「七夕」になったそうです。

織姫と彦星の話は中国からの由来

が起源とされ、七月七日(七夕)の

星が天の川を挟んで一年に一度

最も光り輝くことから、巡り合

いの日としてロマンチックな話が

作られたそうです。

また、願い事をする(こし)も中国の

行事だったそうです。短冊に

願い事を書く事は江戸時代に

寺子たちが習字が上達するよう

に短冊に書いたことが始まりの

ようです。そして昔から神事で

使われていた神聖な笹に飾り付け

たことが現在まで続いていること

です。

複数の神事や伝説や風習が重な

り、現在の「七夕」が生まれたので

すね。由来や起源を知るとまた違

う楽しみ方ができますね。

7月の行事

- 4日 茶話会
- 6日 人形劇 (ピノキオ様)
- 8日 消防訓練
- 28日 誕生会 (響太鼓様)



すだれと笹の葉を組み合わせ可愛く飾り付けしました♪入居者の皆様もお気に入りの作品です。



短冊に願い事を書いて頂きました。デイサービス入り口に展示してありますので是非ご覧ください。



異なる柄の色紙を切って丸めて繋げて色鮮やかに仕上がりました！笹の葉にも飾り付けました。



工作レクでは七夕に向けて飾りを作って頂きました。デイホールに飾りつけて一気に七夕らしくなりました。



6月誕生会ではあやね会様にお越し頂き、三味線を披露して頂きました♪楽しい誕生会になりました。

6月のレク・イベント

お知らせ

選挙について

七月十日の選挙の投票所入場券が送付されてきています。

いくつか問い合わせがありました。当施設では入居者様を連れて投票に行くことはしておりません。

投票に行きたい入居者様にはご家族にお願いして連れて行っていただくことになっていきます。ご承知ください。

外出レクについて

七月六日・七月七日は入居者様とソーマン流しアルプスに行ってきました。当施設では年に四回ほど外出レクの一環で

食事 ウォーメン流しそば茶屋ふくふくフオンタナに行っています。

第七回 さくら静寿会夏祭りのご案内

平成二十八年八月二十日(土)十八時よりさくら静寿会にて夏祭りを開催いたします。歌や踊りの他にフードメニューもご用意いたしますのでふるってご参加ください。

さくら静寿会

夏まつり

日時：8月20日(土曜日) PM6:00~20:30
雨天順延：8月27日(土曜日)
場所：さくら静寿会裏庭

- B級グルメ屋台村
- 加藤よし美with ブルージェイズ
- フラダンス・響太鼓
- マッサージ無料体験 無料介護相談

皆様、ふるってご参加ください！

協賛：徳重クリニック/のぞみ薬局/さくら工建 若葉グループ

今回はドライおからの紹介です！

◆おからは大豆から豆腐を製造する過程で、豆乳を絞った際の搾りかすで食物繊維を多く含む低糖質で低カロリーの商品です。

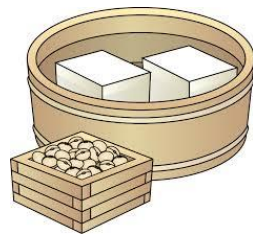
◆おからの効果

ダイエット
便秘の解消
美肌効果

◆ドライおからの作り方

生おから 百グラム

おからをフライパンに入れ、弱火〜中火で約三十分程炒る。
クッキングシートを敷くと楽です。
おからの分量が減りパン粉くらいにカラカラになれば完成。



△週間から十日は冷蔵保存可能
◆二百度のオーブンで十五分加熱してもOKです

一日大さじ山盛り三杯を普通の食事と一緒に食べるだけで一日に必要な食物繊維がほぼ賄えます。ご飯や味噌汁、サラダにふりかけたり、餃子やハンバーグのたねにごとつぞ。

◆アレンジレシピ

- ドライおから 大さじ一
- 納豆ワカメ 二個
- ミニトマト 一本
- オクラ 小さじ一
- オリーブオイル 小さじ一
- 醤油 小さじ一

◆このコーナーで紹介した蒸し生姜・酢生姜で平熱が三十五度しかなかった筆者は三十六度五分になりました。免疫向上が期待できそうです。

看護師

- ◆名前 福島 暁美
- ◆出身 薩摩川内市
- ◆血液型 A型
- ◆勤務年数 一年
- ◆経歴



県立川内高校卒業
岡山県の看護学校卒業後
鹿児島市立病院勤務
川内市の胃腸科内科勤務
二十年ぶりに看護師としてさくら静寿会に勤務

◆資格
◆性格
◆趣味 特技

☆海外ドラマ鑑賞
NCCSネイビー捜査官「FER」
シカゴファイア
☆ハンドメイド
カントリードール
ドールペイント
バッグ作り「木工」
ドリカムの好き「アゲイン」

◆好きな曲
◆好きな歌手
◆感動した映画
◆意気込み

「ミステルの三六五日」
「旅立ちの唄」
「ミステルの桜井和寿さん」
「タイタニック」
「二十一年間のブランクがあったので最初は不安でしたが色々指導して頂き仕事にも慣れてきました。これからもご縁を大切にしていきたいと思えます。」

◆次回は介護士の大家さんにバトンタッチです。

先月、不安と期待が交錯する中、白内障の手術を受けた。

白内障が発覚した発端は左目のコンタクトを無くした事だった。最近、なんだか目がかすむな、コンタクトを変えた方がいいかなと思っていた矢先だった。

コンタクトを新しく替えたものの、まだかすんでいるようで再び一週間後に計測し少し度数を変え、再購入。でもまだ曇っているようにさすがおかしいと感じ、診てもらおうと白内障です。ねと言われる。鹿児島市で購入したので近くの病院で診察してもらおうとやはり白内障との事。

他人事だと思っていたのでエッ！である。日常生活に不便を感じていたわけでもなく、手術を急ぐ必要もなかったが、強度の近視裸眼で0.02だったのとまだ元気がうちに手術した方がいいと考え、決意。

まず、左目の手術。一週間後に右目。右目は殆ど白内障はなかったが予防の為とバランスが悪くなるとの事で両目お願いする事になった。手術は全然痛みもなく二十分程で終わった。手術の翌日は眼帯が取れる。眼帯を外され恐る恐る目を開けてみる。パァーと鮮明に視界が広がる。感動の瞬間だった。信号機に模様が

あるのを初めて知り、山々の木々は深い緑に覆われ、花の葉脈まではっきり見える。朝目覚めたらテレビ時計がくっきり見える。眼鏡なしで運転もできる。そして又、水垢や埃、汚れまでも気になるようになってしまった。苦笑。

無事、両目とも手術が終わり、五十年間使っていたコンタクトレンズ眼鏡は不要になった。ただ、遠くに焦点を合わせたのでパソコンや書類を見る時に老眼鏡が必要になったが年齢相応だと思えばいい。苦笑。

最近白内障手術を受ける人はすごく多い。筆者自身前向きに生きていきたいと思う。



↑談

さくら便りを発行して早いもので一周年を迎えました。これも皆様の協力があったからこそ続けることができました。スタッフ紹介ではスタッフの意外な一面を知る事ができ、職員間のコミュニケーションがより取れるようになりました。今後も色々なアイデアを出し合いながら皆様に読んで頂けるような紙面作りを目指していきたいと思えます。

お問い合わせ

電話番号 代表 (0995) 62-6221
(0995) 62-6222
FAX番号 代表 (0995) 62-6223
(0995) 62-6222
所在地 鹿児島県始良市加治木町木田909番地1
事業所番号 4675200283
URL <http://www.sakuraseijyukai.com>
ご見学・ご相談のお問い合わせはお気軽にお電話下さい。

