



8月



# のお誕生日者



楽らく新聞



令和4年8月1日発行

中津特別養護老人ホーム

喜久寿苑

8月号 No.87

編集者

村上 雄太

鍵本 美憂

中津特別養護老人ホーム喜久寿苑の介護やサービスについて皆様からのご意見・要望をお待ちしております。施設の活動見学にもお気軽にお越しください。

電話(事務所)

06-6372-1001

FAX

06-6372-1075

5階 藤井 貢 様 101歳

馬場 淳二 様 92歳

田中 辰子 様 81歳

米田 清子 様 78歳

6階 土谷 文子 様 101歳

石田 幸子 様 96歳

金田 ユキ子 様 83歳

津島 照子 様 79歳

7階 奥畑 克洋 様 79歳

7階 奥畑 克洋 様

79歳

6階 土谷 文子 様

101歳

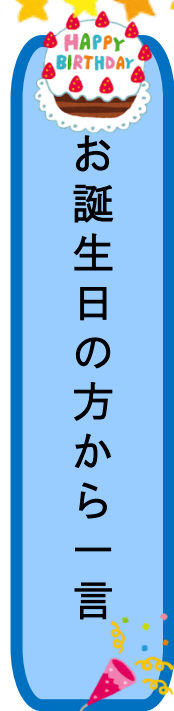
5階 米田 清子 様

78歳

毎日元気に過ごせて幸せです。

皆さんに良くして頂いて感謝しています。(年齢を聞いて)そんなに長生きしたらアカンなあ。

祝いの言葉に、「ありがとう」声が出たらしゃべりたいけど、しゃべられへん。「ごめん」



# 行事予定

- 1日 (月) 書道クラブ(7階)
- 3日 (水) 書道クラブ(5階)
- 4日 (木) 書道クラブ(6階)
- 11日 (木) 山の日
- 14日 (日) 小規模レク
- 17日 (水) 体操クラブ(5階)
- 18日 (木) 体操クラブ(6階)
- 22日 (月) 体操クラブ(7階)
- 24日 (水) 喫茶(5・6階)
- 25日 (木) 喫茶(7階)

## 8月の行事食テーマ 毛利元就

お献立

茶飯

魚のレモン焼

しんじょうの銀あんかけ

小松菜のお浸し

すまし汁

マンゴー



広島特産のレモン、  
旬の冬瓜も入った  
猛暑でも食べやすい  
さわやかなお弁当です。



戦国武将物語

### 第5話 毛利元就

生没年：1497年～1571年  
出身地：安芸国吉田  
ゆかりの地：  
郡山城跡（広島）



#### 毛利元就の長寿の秘訣

元就は、食事法「五味五色」（様々な彩りの食材を、旬の時期にバランスよく味つけして食べ、食べ過ぎも空腹になり過ぎることも避けること）を意識し、贅沢をせず、野菜、瀬戸内海で捕れた新鮮な小魚など、バランスの取れた食生活と禁酒を心がけていた。そのためか、気力、体力が衰えることはなく、70歳を過ぎてからも中国地方を掌握していた。

武士の  
念

一本の矢は簡単に折れてしまうが、束になれば折ることは難しい。このことをよく考えて力を合わせなさい。必ずそむいてはいけないという意味。元就が三人の息子達に与えた教訓

この矢一本なれば、最も折りやすし。しかれども一つに束めれば、折り難し。汝ら、これに鑑みて、一和同心すべし。必ずそむくなかれ。



季節のお花が咲いていました。



済生会中津病院の周辺には季節毎のお花や鉢植えがたくさんあります。植物を見ながら散歩するのも良い気分転換になりますね。

## 新入苑者紹介

5階 山藤 芳雄 様(サントウ ヨシオ)

若い頃は1500メートルの陸上選手をやっていたこともあります。よろしくお願ひします。



6階 小西 和雄様(コニシ カズオ)

絵を書くのが得意です。みなさんよろしくお願ひします。



## 七夕の短冊を書きました



## 今月の行事予定



### 夏祭り

7階 8月14日(日)

6階 8月21日(日)

5階 8月31日(水)

お楽しみに！



## お知らせとお詫び

7月中旬に発生した新型コロナウイルス感染症の集団感染が、8月5日に収束いたしました。

入苑者の皆様、並びにご家族様にはご心配とご迷惑をおかけいたしましたこと、お詫び申し上げます。

職員一同、更なる感染対策を徹底、入苑者の皆様にご安心してご利用いただけるよう取り組んでまいります。よろしくお願い申し上げます。

## 編集後記

暑い日が続いています。毎年のように思うのですが、早く涼しくならないかと願うばかりです。

こんな暑い日には冷たい飲み物に限ります。この時期ですのでもっちり水分を摂ってできるだけ、涼しい場所でお過ごしください。熱中症にはご注意ください。

5階 介護員 村上 雄太

