

今月のお誕生日者



楽らく新聞



令和 4年 7月1日発行

中津特別養護老人ホーム

喜久寿苑

7月号 No.86

編集者

中田 光洋

吉田みゆき

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	池田 隆一	様	97歳
	河内 シズ	様	99歳
	小林 信子	様	94歳
6階	角畑 美砂子	様	91歳
	河野 幹雄	様	88歳
	山本 悦子	様	85歳

お誕生日の方から一言

5階 池田 隆一 様 97歳

ありがとうございます。(ニコツとされました。)

6階 山本 悦子 様 85歳

また1つ歳とったんかあ。90歳までは頑張つて生きたいな。

6階 河野 幹雄 様 88歳

米寿まで生きてこれて嬉しいです。

行事予定

4日	(月)	お茶会
		書道クラブ(7階)
6日	(水)	書道クラブ(5階)
7日	(木)	書道クラブ(6階)
10日	(日)	小規模レク
18日	(月)	海の日
20日	(水)	喫茶(5.6階)
21日	(木)	喫茶(7階)
25日	(月)	体操クラブ(7階)
27日	(水)	体操クラブ(5階)
28日	(木)	体操クラブ(6階)




イベント食

今月は、あの長寿で有名な徳川家康がテーマです！
お好きだったものを食べて、健康長寿にあやかりましょう。

戦国武将物語

徳川家康

生没年：1543年～1616年
出身地：三河国岡崎城
ゆかりの地：皇居(江戸幕府跡地)(東京)



徳川家康の好物

健康に人一倍気を使ったと言われる家康。今では全国各地で名産となっている家康の愛した食品は、保存や栄養面でも非常に優れたもの。その時代としては驚異的な長寿である75歳で没した家康だが、その秘訣は質素ながらも体に良い食生活にあったといわれている。

【家康が生んだ全国各地の名物】
折戸なす、わさび、安倍川餅、混ぜ寿司(五日寿司)、草加煎餅、佃煮、奈良漬、八丁味噌、忍冬酒

武士の念い

自分だけ栄えれば良いのではなく、どれだけ多くの人に幸せをもたらすことができるかが、結局は繁栄につながるという考え方。江戸幕府を開き二百年以上続く平和の礎を築き上げた徳川家康らしい名言。

最も多くの人間を喜ばせたものが、最も大きく栄える。

徳川家の食卓

夏飯 大麦は米と比べて、食物繊維、蛋白質、ビタミンを多く含む健康食品。その優れた栄養価から、徳川家康は夏飯を主食としていた。

旬の食材

安倍川餅
家康が茶店に立ち寄った際に、店主が安倍川上流でとれる砂金に見立て、つき立ての餅にきな粉をまぶして献上した。家康はこれを大層喜び、安倍川にちなんで安倍川餅と付けたという伝承がある。

天麩羅
天麩羅は室町時代、鉄砲の伝来とともに「南蛮料理」としてポルトガルから長崎に伝わった。江戸時代初期になると、薄い衣につつゆをつけて食べる現在のスタイルが確立された。家康は特に鯛の天麩羅を好んで食べていたとされている。

徳川家康と連想キーワードは必ず「健康」で組み立てました！初夏の食欲減退にもお助めです。
関東支社イベント担当

七月東京の陣

徳川家康

戦国武将物語

「真つ伝えろ、武士の念い」

フロアのように

暑くなり
ましたね

お誕生日
おめでとうございます

コーヒーの香りに
つまれて

どうしたらうまく
はまるかな・・・

新入苑者様のご挨拶

5階 西村 俊子 様 (ニシムラ トシコ)
よろしく申し上げます。お世話になります。

6階 堀 行男 様 (ホリ ユキオ)
いろいろとお世話になりますが、
よろしく申し上げます。



科学館に行って来ました

菖蒲園に散策予定でしたが、あいにくの天気となり、急遽大阪市立科学館に行ってきました。「何でこんななつてるんやろ」と不思議そうに滑車の仕組みや放電現象等、色々な展示を体験されていました。



今月の行事予定

外出レク

日時：7月15日

場所：未定

参加者：7階フロア3名



編集後記

いよいよ夏になり、暑さを感じる季節となりましたね。もう今年が半分終わってしまいました。時間の流れがすごく早いように感じます。夏といえば海やプール、花火大会に夏祭りなど楽しいことが思い浮かんできますね。まだまだコロナ禍ではありますが、今年は各所で花火も打ち上げられるみたいです！一方では熱中症で倒れてしまう方も少なくはありません。みなさんも体調には気をつけて下さい。下半期もみなさんの笑顔がたくさん見れるように頑張っていきます！

6階介護員 中田 光洋