

# 彩幸だより

# 6

令和4年6月1日発行



## ～今月の写真～

初夏の日差しにも負けず、色鮮やかに存在感を放つ大輪のバラ。彩幸ではいろんな種類のバラが見頃です♪葉の時期から剪定や追肥をし、蕾の時期はまだ咲かないまだ咲かないと首を長くして待っているのに、満開の花々を愛でる時間はとても短く感じます。

— 編集・発行 —

社会福祉法人 三重豊生会

ケアハウス伊勢度会彩幸

〒516-2102

度会郡度会町大野木 2945-2

TEL 0596(62)2225

FAX 0596(62)4006





が発生しやすい  
季節です



梅雨時期になると気温や湿度が高くなり、食中毒の発生件数が急増します。

肉や水、調理器具などから発生するカンピロバクターや O157 による食中毒も十分な注意が必要ですが、近年増えているのがアニサキスという寄生虫による食中毒です。

アニサキスは**刺身**や**加熱不足・冷凍不足の魚介類**に寄生し、胃壁や腸壁に刺入することで食中毒を引き起こします。

～症状～

食後数時間～数日で、激しい腹痛や吐き気。腹膜炎症状。

～発生させないために～

夏場は刺身や生ものの購入を控える。調理をする場合は十分な加熱を！

5月5日は

菖蒲湯

をしました



端午の節句は、別名『菖蒲の節句』といわれるように、本来は菖蒲が主役の厄払い行事だったそうです。

武士が出陣前に菖蒲湯に浸かり、無事を祈願したという説や、葉の形が剣に似ていることからたくましい男の子に成長してほしい

という願いが込められるようになったとされています。



5月27日度会町ことぶき学園の『落語を楽しもう/真打 昔昔亭 A 太郎』に、入居者様も参加されました。

「おもしろかった～！」と大笑いしたようで、一緒に記念撮影をしてもらった方もみえました。



## ビデオ鑑賞会



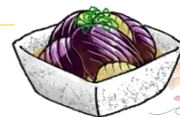
5月21日(土)・22日(日)は『浅田家!』を上映しました。津市出身の写真家・浅田政志さんの写真集を原案に、実話に基づいて描かれた映画です。久々の鑑賞会は大盛況で、人数制限のため2日にわたり上映しました。



たくさんの方に鑑賞会を楽しんでいただきたいと思います。おすすめ映画、リクエストしたい映画、募集中です！ぜひ教えてくださいね(^^)♪

## 厨房より

梅雨を乗り切るお酢で、さっぱり料理はどうか？  
南蛮漬け、甘酢あんなど、おすすめですよ。夏には、冷やして食べる茄子の煮浸しなど作ってみました。と思っています。



## 6月の行事予定

- ・ 5日(日) ビデオ鑑賞会『ひまわり』
- ・ 17日(金) 南伊勢高校総合学習(七夕飾りづくり)
- ・ 24日(金) 買い物ツアー(多気クリスタルタウン)
- ・ 25日(土) ビデオ鑑賞会
- ・ 29日(水) 入居者意見交歓会

※新型コロナウイルス感染状況により延期や中止になる場合があります。



## 網戸洗浄

事務所や共有フロアの網戸を、野口業務員が洗ってくれました。初夏の爽やかな空気が、より一層気持ち良いです♪



24日の防災訓練に向けて、安全に非常階段を利用していただけよう、職員で手すり・階段の汚れを掃除しました。



## 非常階段そうじ

## 和室そうじ



5月10日(火)入居者の皆さまにも手伝っていただき、和室の清掃をおこないました。

雨が続く週間天気の中、唯一の掃除びより？で雨も降らず、ぴかぴかスッキリ(^\_^)♪

同月には和室でのビデオ鑑賞会も催行され、しばらく中止になっていた和室行事も、また再開できることを願って…。皆さまのご協力ありがとうございました！



## 5月24日(火) 春季防災訓練

これからの台風の季節にそなえて、風水害からの漏電火災を想定した防災訓練を実施しました。

入居者の皆さまにも非常階段やバルコニーなどを利用し、実際に避難していただきました。



### 防災訓練に関連しまして…

彩幸では、災害が起こった際に『食材が届かない』『電気、ガス、水道が使えない』など、厨房業務がおこなえなくなった場合を想定して、非常用食品を5日分備蓄しています。(入居者様50名分、職員分、外部受け入れ分)

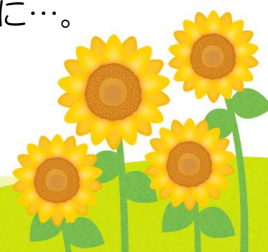
賞味期限が近づいている食品は、皆さまに配付したり、体験として提供させていただき、フードロスのないよう管理しています。

入居者の皆さまにも避難グッズを各自ご用意していただいておりますが、中には食料や飲料水などが入っていて避難するには重たすぎたり、賞味期限が切れたままの方もみえます。

食料品については施設で十分確保しておりますのでご安心いただき、皆さまには配付した『身元カード』や『衣類』など、最低限の備えをお願いしています。

## ひまわりに 平和を願って…

度会町では、平和への願いを込め『わたらい町ひまわりプロジェクト』が実施中です。彩幸でもひまわりの種を植えました。ロシアやウクライナだけでなく、世界中から戦争がなくなりますように…。







# 作品

## 彩幸歌壇

サフィアの桃色ハートくつきりと

朝よりの水を吸ひし花びら

陽の下に新しき葉を広げたり

シガーバウムは植ゑ替えられて

## 桜桃忌

天気図の良きことけふは種を蒔く

梅雨寒や夢の中まで雨降つて

移る世をふと思ひ出す桜桃忌

六月十九日 小説家太宰治の忌日

夏気分蛙の歌が聞こえて来る

宙返り燕仲間で楽しけれ

リバー浴い紫陽花見事花盛り

水無月や御田植え祭り神事なり

螢火や闇にキラキラ夢照らす

春の雨朔日参り氏神へ

輝いて五力所湾の青さのり

卯の花や西谷川に咲き乱れ

紫陽花とオオテマリ花見間違ひ

散歩道アザミの花が背比べ



## 写真

—原生菖蒲—

## 風伝峠

一 風伝峠を目ざす 馬越道を通る

女心をつなぎ 夢つなく

愛あふれる 涙人

かなえたい 恋がある

ここは二人の 風伝峠

二 幸わせ一つ あげると

思い出かたる 夢がある

しぐれに ぬれつつ歩く道

ボタンの花が 咲くこの道

ここは二人の風伝峠 恋峠なの

三 雨にぬれる この坂はあなた捜す道

つる女心ゆえの 私の心はつります

あなただけよと さげびたい

女心のせつなさに 命つくします

ここは二人の 風伝峠

皆さんからの作品を大募集中です！  
俳句・短歌・絵画・手芸品など……

お待ちしております！

キウイの枝葉を整えました。



5月上旬には  
沢山の花が🌸



入居者様撮影



種なしデラウェア  
にするため、ジベレ  
リンに浸けました。



5~6 月にかけての  
彩幸花壇の様子を  
一部ご紹介します



## いよいよ雑草とのたたかいが、わが家では始まります

庭、畑の除草が終われば、今度は家内の実家の田、堤防の除草作業が待ち構えています。刈払い機ではとても追いつきません。いかに楽しく取り除くか、、、トラクターで耕すにしても1~2ヶ月後には生えてきます。そこで考えました。除草剤の1000倍希釈液を作り、動力噴霧器で田んぼ全体に撒く。これだと2日程で終了し3ヶ月はもつ。これを年3回とトラクターでの耕しを1回します。農機は全て処分したとのことでしたので、中古トラクターを買って年に1回おこしています。米を作るにしても機械設備で1000万、中古で600万程かかる。海が近いので地震が起きると水没してパアです。刈り取ったモミを松阪まで運ぶと片道1時間。過疎地山間部の農業の実態がこれです。

たいへんだあ！ 施設長 福永

## 職員コラム



### 梅雨の時期は 体調が崩れやすくなります

体調を崩す要因になっているのが副交感神経（休まれる神経）で、肩こりや腰痛がひどくなったり倦怠感にみまわれたりすることがあります。

対策としては、起床時に太陽の光を浴びる、朝食を摂る、散歩などの運動を行う、睡眠を十分にとるなど、生活習慣を見直すことが大切になってきます。

生活相談員 名古

冬は、夜のウォーキングをかなりさぼってしまいました。最近、雨の日以外、なるべく1時間歩くようにしています。梅雨に入ると、外へ出られない日があります。そんな時は、お部屋でできる「スクワット」を朝と夕に3セットやってみようと思います。

入居者の皆様は、体のために毎日続けていることあるかと思いますが、また教えて下さい。

相談員兼介護士 松田



## フラワーセラピー

施設の花壇は少しずつ開拓され、色々な花が花ざかりです。毎日のお手入れありがとうございます。

花には、ストレスや疲れを癒してくれるパワーがあります。毎日きれいな花を見てリフレッシュしましょう。

相談員兼介護士 松本



## お外だいすき！

1歳の次男は、今なんでも真似します。私が出掛けると、外に行けることが楽しみなようで扉の前で待っていることもしばしば。最近はお手に紙袋（カバンのももり）を持ってスタンバイしているので、よく見ているなぁと感心します（笑）

外遊びが大好きで、保育園から帰ってもなかなか家に入ってくれません。やっとの思いで連れいれても、今度はクツを離さないの、家の中が砂まみれの日常です…(^\_^)

栄養士 小津





答えは次月号に掲載いたします。

◆どこかおかしい創作漢字  
なんと読むのでしょうか?

① 色 ○○

② 息 い○○れ

③ 酒 ノ○○○○ル

④ 峠 ○○び○

◆「6月」の異名を選んで○  
をつけましょう。全部で6個。

せみのはつき 常夏月  
をくさおひつき まつかぜつき  
小草生月 松風月  
みなづき なつはづき  
水無月 夏初月  
こぞめつき すいげつ  
木染月 水月  
すずくれつき りゅうせんげつ  
涼暮月 竜潜月

◆雨にまつわることわざと意  
味をつなぎましょう。

⑤ 雨に濡れて露おそろし  
からず

⑥ 雨ふって地固まる

⑦ 雨晴れて傘を忘れる

⑧ 雨上がりのやかん照り

A. 苦難の出来事が過ぎると、人  
はその時に感じた教訓や感謝  
の気持ちを忘れてしまう

B. 大きな災難を経験した人は、  
少々の困難にはくじけない

C. もめごとの後に理解が深まっ  
たりして、悪い事態が好転する  
こと

D. 雨が上がったら、天候が急激  
に変わってカンカン照りにな  
ること

⑤ ☐  
⑥ ☐  
⑦ ☐  
⑧ ☐

## 先月号 の答え

ぬりえ ①風船がハート ②Hが小文字のh ③チワワのワン  
ピースにリース ④三角帽の水玉のサイズ ⑤花束の花の種類  
⑥ケーキのろうそくがらオ ⑦右下の犬にヒゲ ⑧プレゼント  
のリボンの柄 ⑨テーブルクロス の柄 ⑩左下の紙吹雪が星形

◆穴つめ問題。□に当てはま  
る文字は?

① か し ん ち ゃ  
わ も の ひ  
ち  
こ ど

◆ならびかえ問題。なんの言  
葉かな?

⑥ ベツキヤ キャベツ

⑦ ショーカンネー

カーネーション

⑧ クルーゴディーンウ

ゴールデンウィーク

◆どこかおかしい創作漢字  
なんと読むのでしょうか?

② 音 おんち

③ 喜 ばんざい

④ 的 まとはずれ

⑤ 座 ソーシャル  
ディスタンス

◆3年ぶりに開催されること  
が決定しているお祭りです。

⑨ おいでん

まつり

⑩ 花笠

まつり

⑪ 博多

どんたく

⑫ 御柱祭

(7年ぶり式年祭)

