

彩幸だより

12

令和5年12月1日発行



～今月の写真～

今年は多気町五佐奈の柿オーナー制度に加入し、入居者さまと柿狩りに行くことができました。2回ともお天気に恵まれ、柿の収穫という貴重な体験をさせていただくことができました。

— 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

ホームページ・Facebook・Instagram
随時更新しています！

紀勢ベンベンバンド ギター演奏会

11月12日（日）紀勢ベンベンバンド様による、ギター演奏会がありました。ギターはもちろんですが、ギターではない楽器？もいくつか登場し、お2人が座られているイスも演奏に使われていました♪

曲の間のトークもおもしろく、たくさん笑わせてもらいました。演奏に笑いに、楽しい時間を過ごしました(^▽^)

彩幸 日常のひとコマ・ 日曜日の体操

毎週日曜日の9：30から、1階ロビーにて体操を行っています。寒くなるこれから季節、運動不足になりがちです。一緒に体操はどうでしょうか？

みなさまの参加をお待ちしております☆



柿狩り

11月9日（木）2回目の

2回目の柿狩りに行ってきました(^▽^)施設を出発する時は雨の心配をしましたが、多気は暑いくらい晴れていました。今回もたくさん収穫できました☆

今回も豊作♪



12月の行事予定

各行事の日程は1階掲示板をご覧ください。

- ・ふるまい焼き芋
- ・外食ツアー
- ・喫茶コーナー（2回）
- ・ジャズコンサート
- ・折り紙細工
- ・ビデオ鑑賞会
- ・冬至ゆず湯
- ・クリスマスプレゼント
- ・ハンドベル演奏会（南伊勢高校様）
- ・買い物ツアー（多気クリスタルタウン）
- ・朗読会（シーンボイス様）
- ・餅つき大会
- ・年末大掃除

※その他、送迎のある町内の催し物については掲示板にてお知らせします。

彩幸お花事囃



ミレバ子もやってきました



コスモスもがんばって咲いています



入居者さまにいただきました



せんだっては、田舎の神社（鎮守さん）で執り行われる祭典の進行についてお話をさせていただきました。中途でおわっておりますので、後半にまいります。「玉串奉奠」たまぐしほうてん のくだりから。玉串とは、神様に敬意を表し神様のご加護を受けるために願いをこめて神前にささげるものとされています。玉串には白いギザギザの紙が大麻草 たいまそう でしばってありますね。これを幣（しで）といいます。神主さんから受けとて、神前にすすみ、一礼してから時計回りに半回転まわして神前の机のところに置き二拍手 パンパンと手をたたき、のちに一礼して元の位置にさがります。つぎに「撤饌の儀」てっせんのぎ になります。ここで神様に供えられたお菓子、野菜、塩、米、魚、昆布、スルメなどをお下げします。田舎では、神主さんに謝儀のお力ネとともにお礼とし渡します。次に「昇神の儀」しょうしんのぎ。天上界から祭典のために降りてこられた神様が天に昇られます。高天原へかえられます。これで祭典はとどこおりなくおわりました。ご参列のみなさまありがとうございました。そのあとは、参列のかたに祭典でお供えされたお酒 お神酒 がふるまわれます。これを「直会」なおらい といいます。 では、みなさん...、ごきげんよう。

追伸：

警蹕 けいひつ 祭典のときに神主さんが オ～ とさけびますよネ。これは、参列者、周囲のひとに「これから、神事がおこなわれますよ、身を清らかにしてください」という呼びかけ、お知らせです。



施設長 福永



インフルエンザに注意



テレビ等でも報道されていますが、現在インフルエンザが流行していて、学級閉鎖なども起きています。おかげさまで施設内での感染者はいませんが、3月頃まで感染リスクが高い状況が続きますので、手洗い、うがい、マスク、消毒等の感染対策を心がけていただきたいと思います。コロナが収まったと思うとインフルエンザがでてきてなかなか安心のできる日はこないものですね。

生活相談員 名古

冷え性改善

冬本番になってきましたね。最近は、健康についてのテレビ番組を良く観るようになりました。録画しないと覚えきれなくて録画がドンドン増えていっています(^-^;)。最近気になるのは、足の冷え。寒いと感じないけど足先が冷た~い。これはしもやけになるかも!!(-_-)（昔は酷いしもやけ症状に悩まされていました）簡単な足伸ばしや肩回し！血流を流す！仕事中も変な動きをしている時はストレッチしています(^-^; 肘の上を温めると体全体が温まるそうですよ。

by NHK

相談員兼介護士 松本



唾液は万能薬

感染予防には「唾液の量と質」が重要。唾液に含まれる IgA 抗体は、侵入してきた細菌やウィルスが持っている毒素を無効化し、感染しないように阻止する働きがあります。この IgA 抗体を増やすには、発酵食品や食物繊維などを取り入れるとよいそうです。ヨーグルトや納豆、酢、キノコ類、ビタミンCなど。唾液は、ストレスチェック、大麻や覚醒剤の使用、がんのリスク診断といった唾液検査で色々なことが分かるようになってきています。唾液だけで簡単に検査が受けられるようになると、体への負担も少なくなっています。



相談員兼介護士 松田

転機

今年もあと1か月となりました。9月より彩幸で働かせていただくようになりました。今年いちばんの転機となりました。この3か月、あっという間の日々でした。12月は焼き芋にクリスマス、もつつきなどなど、行事が盛りだくさん☆楽しみがいっぱいです(o^-^o)



栄養士 村松



答えは次月号へ掲載いたします。

①

いそに
ぢさま
づのじ

◆それぞれの箱の中でも、ふたつ以上の文字を組み合わせて動物の名前を1つ作ってください。ただし、同じ文字は2回使用しません。

②

リミネ
デグサ
クキン

ヒント ぐだもの

◆それぞれの箱の中で、ふたつ以上の文字を組み合わせてヒントにある種類の名前を3つ作ってください。ただし、同じ文字は2回使用しません。

④

うもた
いちが
ちなあ
いむさ
ごやくと
ら

ヒント 都道府県名

③

手
最
短
所
氣

②

混
協
同
化
情

①

接
期
待
望
合

◆矢印に沿って一字熟語ができるように、□の中に漢字一文字を入れて、完成させましょう。

先月号の答え



⑥

未
通
知
性
恵

⑤

温
大
和
解
尚

④

注
侵
入
金
門

♡スイーツバイキング♡

11月21日(火)

かたり久しぶりのスイーツバイキングを開催しました！(株)トモの厨房職員にも協力をいただき、7種類のスイーツをご用意、お飲み物も4種類から選んでいただき、甘いひとときを過ごしました。入居者さま同士和気あいあいと、とても楽しそうでした(^▽^)
皆さまに喜んでいただけて、良かったです！



11月18日(土)

折り紙細工

今回はくす玉に挑戦です！なんと、パーツは40個必要で、皆さま必死です！ですが、素敵なくす玉の完成をめざしてがんばります(^▽^)/

このパーツを
40個作ります！



彩幸の評議員である西村様に、連鶴の作品をいただきました。たくさんの鶴が連なっており、入居者さまも、「わあ～これはすごい！」と感動しております。

西村様、ありがとうございます。



送迎中止のお知らせ

年末年始のため、

12月28日(木)～1月3日(水)は
送迎中止となります。
ご理解とご協力をお願い
いたします。



厨房より

気持ちに余裕がなくなる
と、心も身体も緊張状態に。

肩も凝ります。不安を感じたら、
深呼吸をしてみると良いそうです。
度会の澄んだ空気を胸いっぱい
取り込み、リフレッシュしつつ
12月を乗り切りたいです。



ビデオ鑑賞会

～11月25日(土)～

木村拓哉主演『マスカレード・ホテル』を
上映いたしました。キムタク人気は高く、「やっぱ
りキムタクはええわ～
♡」と、皆さま上映後の第
一声は同じでした(笑)



作品コーナー

—ひかりの粒—

風の撒くひかりの粒の気まさよ

岸から川、川から岸へ

空高く雲は生まれては消える

その優しさに時雨をこぼす

しど降る雨に冬日の迫り来る

若き日の夢追う日々や枯葉舞う

谷深き流れに映る紅葉かな

転びても傷む事なく冬衣

身に添わぬ蒲団かき寄せ冬初め

思い出

遺された私の方がゆらゆらと

あなたの煙になりそだつた

ゆらゆらと思ひ出させる人がそ

あなたにもいる昼すぎて雨

贅沢や紅葉の絨毯夢気分

年末や神社恒例煤払い

冬木立人影まばら宮リバー

大そうじサッソニ蟬が挟まれて

伊勢神宮冬至の朝日参拝し

愛を奪う

ゆく途の息災願う柚湯かな

戦争は愛を奪うクリスマス

ITの世となりしかな除夜の鐘

ススキみゆ朔日参りに氏神え
久しづり兄弟姉妹で柿狩に
初めてや兄弟姉妹分イチーズ
宮リバー食べた獅子鍋想い出す



パズル作品
—浅草雷門—

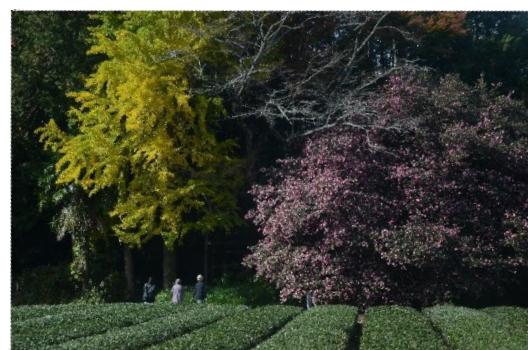


写真
—飯南 粥見 山茶花とイチョウの木—

皆さんからの作品を大募集集中です!
俳句・短歌・絵画・手芸品などなど…
お待ちしています!

