

# 彩幸だより

# 9

令和7年9月1日発行



## ～今月の写真～ ヨウシュヤマゴボウ

今では日本全国に帰化しています。実がブドウに似ているのに、根がゴボウのようであることから、この名前がついたようです。秋になると葉が紅葉して、黒い実をつけます。小さな小さな秋  
みつけました。 西谷川沿いにて



— 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！



# 夏だ！スイカ割りだ！

8/21(木)



スイカは前よ!!



目隠し、ちゃんとできたかな



振り上げて



おみごと！真っ二つ！



冷たくて、甘くて  
スイカでした



お代わり  
ありますよ



## 喫茶にて



8/12 (火)



わき合い合いと  
コーヒーで  
カンパい



リフレッシュ!!



男性陣も参加です  
話題は何かな?!



## シーンボイスの皆さんによる

8/10 朗読会

(プログラム)

雪女 (長野県民)

屁をするお嫁さん (長野県民謡)

名人伝 (中島 敦)

みいちゃんの数えうた遊びうた (ピーマンみもと)

ちいちゃんのかげおくり (あまんきみこ)



面白いお話、心にぐつとく  
るお話でした。  
素敵な朗読会です。  
参加をお待ちしています。



## Spatial Disorientation 空間識失調 について これにパイロットがおちいると重大な航空事故をひきおこします

県営 名古屋空港から離陸して徐々に高度をあげていくと雲のところにきます。それも飛びこえたと、おひさまが燦然と輝く、真っ青な空。まぶしくて、サングラスがいらします。右側の co-pilot (副操縦席) にすわっていると、へんな感覚に襲われます。じぶんは今、どこをとんでるの？じぶんの位置は？飛行機はどんなかこうで飛んでるの？ 雲の上に行くと、とにかく、較べるものが何一つないんです。この世界の感覚って異常です。これを「空間識失調」？といいます。ハッとわれにかえて、計器をみます。高度計、飛行指示計、羅針儀（航空コンパス）、速度計などを見ます。

濃い茶色が地面  
水色が空です



【飛行機が】右に傾いて上昇しています



右に傾いて降下しています



N(北)の方向へ飛んでいます

これでじぶんの乗っている飛行機のいまの状態がわかります。上段の飛行指示計の鳥が翼を広げたいみたいなマークを白色の線（水平線）に合わせて飛ぶと「水平直線飛行」ができます。

飛行機の不思議でした。

施設長



### 台風シーズン

台風による気圧、湿度、気温の急激な変化が原因で体調不良を引き起こす事があり、「気象病」と呼ばれています。頭痛、めまい、倦怠感、関節痛、耳鳴り、イライラ、不眠、吐き気、食欲不振などがみられます。対策として、十分な睡眠時間を確保し朝に太陽の光を浴び規則正しい生活を心がけ、適度な運動と水分補給も大切です。

生活相談員 Ö.N

秋が待ち遠しいですね。秋と言えば、みなさんは何を思いつきますか。ウォーキング中にどこからか漂ってくるあの香りをいつも楽しみにしています。そうです、金木犀です！あと、粿殻を焼くにおいで秋を感じます。涼しくなると、食欲が増します。でも、夏の疲れ、寒暖差による自律神経の乱れ、胃腸の調子を崩しやすい季節です。ゆっくりよく噛んで食べる事を心がけて、旬を楽しみたいですね。

相談員兼介護士 K.M



新米の季節になりましたね。去年の新米の出始めの頃は、30<sup>〆</sup>1万円だったのが今年は、2万円超え。三重県はそんなに悪い気候ではなかったと思いますが・・・お米が高級過ぎても困りますが、ある程度の価値は必要ですよ！手のかけてある田んぼと草の多い田んぼ。色々ですね～。美味しいお米を評価して頂き、おいしいお米を作る農家さんが増えると嬉しいな(^\_^)頑張ってください!!(^\_^)!

相談員兼介護士 Y.M

自宅の花壇に植えた覚えのない植物が育っていました。みるみる大きくなり、ぶどうのような実をつけてきたので、花瓶にさしたり成長を見守っていたのですが、ふと名前は何？と思い調べてみることに…。そこには『ヨウシュヤマゴボウ。葉、実、茎、根すべてに毒性あり。子どもが誤食する事故が多い…』などと書かれており、「うちの子たち、絶対食べるわ！」と、すぐに引っか抜いたのですが、じゃが芋のような太い根幹から花壇全体に伸び広がるなが～い根！生命力と繁殖力におどろきました！



栄養士 A.Ö

### お米のお話 二回目

ネーミングに弱い私の目に止まったのは、日本生まれの台湾育ち、台湾産米コシヒカリの新米。お値段 2kg 税込 1620 円。さっそく、炊いてみました。味、風味が、新潟県産コシヒカリ【サトウのバックごはん】とそっくりで、美味しいんです。台湾で作っても、種が日本産なら同じような味わいになるんだと感心するも、なんだか、ザワザワとした気持ちになりました。輸入米、進化してます。



事務スタッフ K.K



### 娘とオープンスクールへ



中3の娘と明野高校の農業科へ、学校見学に行ってきました。高校生に教えてもらいながら、野菜の収穫や、花の植え替え作業をしました。明野高校は採卵鶏を 200 羽ほど飼っているそうです。高校生が近づくと寄ってきて、簡単に捕まえられていました。参加した中学生や保護者は順番に触らせてもらい、私も人生で初めて鶏を撫でさせてもらいました。想像よりもやわらかく、かわいかったです♡貴重な経験でした☆

栄養士 A.M



◇バラバラになっている漢字を組み合わせ  
て四字熟語を作ってください。

木 近 戸  
才 商 商

答え  
( )

日 月  
止 少  
佳 入

答え  
( )

扌 紂 包  
復 到 色

答え  
( )

々 々 甫  
泣 聿

答え  
( )

◎横列の数字と縦列の数字を足して、答えを  
マスに記入しましょう。

+	1	2	0	7	9	6	3	9	5	4
0										
9										
3										
7										
8										
4										
2										
1										
6										
5										

答えは次月号へ掲載いたします。



みかんの産地で有名  
道後温泉がある  
四国遍路の霊場、八十  
八か所のうち二十六か  
所の礼所がある

愛媛県



海に面していない  
富士山があります  
郷土料理は「ほうとう」

山梨県

どこの都道府県でしょう？

先月号の答え



からし蓮根が有名  
くまモンがマスコットキ  
ャクター  
江戸時代、天草四郎  
が活躍した

熊本県



「なまはげ」が有名  
「きりたんぽ」が名物  
日本一深い湖がある

秋田県

## 9月送迎中止日

9/3日(水)

9/25日(木)

9/29日(月)

ご不明な点がございましたら、職員へご相談ください。

変更する場合もありますので、ご注意ください。



## ～国勢調査にご協力ください～

今年は5年に一度の国勢調査が実施される年です。すべての人と世帯を対象とした最も重要な統計調査です。

彩幸でも9月下旬～10月にかけて調査をおこなう予定ですので、ご協力をお願いいたします。



## 給食懇親会を開催しました

8月29日(金)に給食懇親会を開催しました。食材納入業者「やまぶん」様にもお越しいただき、入居者様の生の声をお届けしました。

アンケートにご協力いただいた皆様、当日ご参加くださった皆様、ありがとうございました！



## 2日間 お弁当 になります！

厨房内ペンキ塗装工事の実施により  
9月12日(金)、13日(土)の2日間は  
パンやお弁当の提供とさせていただきますので、ご了承ください。

詳細は1階掲示板にてご確認をお願いいたします。



## 厨房より

9月は朝晩が涼しくなり、少しは過ごしやすくなるでしょうか。秋は「食欲の秋」と呼ばれ、旬の食材が豊富に揃います。旬の食材を楽しみながら、元気に過ごしましょう(^▽^)/

9月15日は「敬老の日」です。長寿をお祝いする気持ちを込めて、特別な献立を提供させていただきます。皆さ  
まに喜んでいただければ幸いです。



## 8月29日(金)



イベント食で海鮮丼を提供させていただきました。

とても楽しみにされていた方もみえ、食べられた方、大満足でした。

お刺身は、人気メニューです



## 9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。

- ・敬老会出前(にしむら寿司)
- ・朗読会(シーンボイス様)
- ・喫茶コーナー(2回)
- ・ふるまいかき氷

- ・歌の会
- ・折り紙細工
- ・買い物ツアー(ミタス)

※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。

※行事は変更になる場合もあります。ご了承くださいますようお願いいたします。



# 作品コーナー

初秋

此の夏の暑さ百年近く生き來しに  
骨身にしみる異常気象

吾が山村は広々とつゞきたる耕地の真ん中に  
八戸の農家扶け合いつつ

時鳥鳴き渡り行く夜の更けを  
三十四才にて逝きし甥のまぼろし

朝な朝な待ちつ待たれつ食堂へ健げに  
通ふ老い二人  
八月も終はりに近く此の暑さ  
稲刈り始めると息子の便り



赤とんぼ仲良く群れ飛ぶ宮リバー  
栗の実を食べてなつかし母の味  
秋もようとなりの秋刀魚いい匂い  
名月やながめてしばし我忘れる  
紅白の野にも山にも彼岸花

ペルセウス座流星群

心ゆくまで

浴びたい流星群  
いつまでも瞬き

この夜を

共にしてくれ

この世には

ないものへの憧れ

仰ぐは夜空

ペルセウスは

何を語るか



パッチワーク

皆さんからの作品を大募集中です！

俳句・短歌・川柳・絵画・手芸品など…

お待ちしております！

一緒に！帰りませんかメールきて

一緒に帰った九月の夕暮れ

一輪の花あげます空に咲く

真赤な色のバラの星空

頼まれて友の告白書きながら

いつの間にやら我が恋文に

