

# 彩幸だより

12

令和7年12月1日発行



## ツワブキ&ドウダンツツジ

黄色い斑入りの葉のツワブキです。アク抜きをしてフキ同様食べられます。葉柄の内部は、フキと違って空洞はありません。

春にかわいい花をつけていたドウダンツツジが色鮮やかに紅葉しました。

— 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！



11月4日(火)

## 牛丼チェーン



で

出前  
とりました



うなぎ  
おいしいよ



牛肉  
美味しいよ



うな牛丼	山かけ鰻丼	うな丼	キムチ牛丼	卸ポン酢牛丼	明太高菜牛丼	ねぎ玉牛丼	牛丼
------	-------	-----	-------	--------	--------	-------	----

チェーン店での出前は初の試みでしたが、メニューも価格もいろいろで、選ぶのも楽しそうでした(^\_^)



## ふるまい 焼き芋

11月19日(木)  
おかわり20日も



アチチチ

(準備のお手伝いをしていただきました)



火をおこして



ダイナミックに



あらら・・・



ホクホクです



## 飯高道の駅へ



## 紅葉ドライブ

11/28(金)



道の駅でお買い物



コーヒーショップで  
お茶会です♪



稻わらの巨大オブジェ  
も見てきました



## Final greetings

いまを去ること 320 年前の江戸時代中期、元禄の世。舞台は江戸の両国本所 松坂町の吉良邸。江戸城中、松の廊下で吉良上野介に理不尽この上ないことを言われ、もはやこれまでと思い、斬りつけた赤穂（あこう）の城主 浅野内匠守。将軍、徳川綱吉の逆鱗に触れ即刻、切腹を命じられ自刃。これを知った赤穂藩の家臣、大石内蔵助を中心に、主君の仇を討ったとされる世に言う「赤穂浪士の討ち入り」をテーマにした三波春夫さんの歌謡浪曲「俵星玄蕃」（たわらぼしげんば）の口上をいま、覚えています。ほら、「時に元禄 15 年、12 月の 14 日、、、」というやつ。あれです。俵星玄蕃というひとは架空の人物で槍の名手です。その弟子の杉野十平次がソバ屋に身を隠し、吉良邸のある松坂町付近の動きをさぐっていました。この杉野十平次、12 月 14 日の夜、合図である山鹿流（山鹿素行は、江戸時代の兵法学者で実在の人物）の陣太鼓を聞きつけ仇討ちに駆けつけた。この時の玄蕃と杉野の別れの情景を描いた浪曲です。さて、みごと、吉良を討ち取り主君の浅野に忠義を果たした四十七士たちは後に切腹します。この浪曲に目をとじて聞き入っていると、そのようすが脳裏に浮かんできます。合掌  
この口上を暗記する？！三波春夫さんのスゴサがわかってきます。これだけの文をそらんじる三波さん、わたしには、玄蕃の装束の段、おぼえられませんでした。感動です。

from 施設長

P.S.追伸 昭和の二・二六事件のときも雪がふってましたね。

（長い間ご愛読有難うございました。今回にて終了とさせていただきます）



### 職員コラム

今年も残り 1 ヶ月となり、プライベートでは長男が家を出て、施設の方でも自主給食が始まり、とにかく大きな変化のあった 1 年でした。家では、3 人での生活にもなれ、長男が使っていたテレビの部屋が空いたので、パソコンを新調しモニターを設置し映画鑑賞などを楽しんでいます。子供達に手がからなくなつたぶん、お金がかかるようになったので、まだまだ自分のしたいことはできません（笑）

生活相談員 O.N

ことしもあとひと月ですね。どんな年でしたか？ 彩幸から新しいところへ転居されたり、彩幸へ入居していただいたての新しい生活…慣れるまで大変だったことだと思います。引越しや荷物の整理などもひと苦労です。環境が変わることは、良くも悪くも精神面の負担は大きいです。うまく生活のリズムが整うといいですね。報告：私は 10 月号の彩幸だよりでお話しした、ヤモリさんから？！幸運を一ついただきました♥

相談員兼介護士 K.M



今年は秋が短かく一気に寒くなったため、楓や桜の葉が濃く赤く綺麗な紅葉がみられましたね。イチョウも鮮やかな黄色に染まりとてもきれいです。それよりも気になるのが銀杏です。今年は沢山、道端に銀杏が落ちているのを見かけます。…拾っていいものなの？拾っている人を見かけません。小心者の私は、横目に見ながら素通りしています。銀杏って微妙な触感が美味しいですよね。

相談員兼介護士 Y.M

秘密戦隊ゴレンジャーが始まって 50 周年になるという。ビックリ！リーダー的な赤、クールな青、三枚目の黄、俊敏な緑、紅一点の桃から始まり、時代とともにメンバーが変わり、女性戦士が複数になつた。戦隊ヒーローたちは、社会を映す鏡のようだった。今、放送中のゴジュウジャー（50 周年にちなんでか！？）で、半世紀の歴史に幕が降りるという。少子化の影響だろうか、何とも寂しいなあ。

ビニールシューズを左右逆に履き、主題歌を歌つていた彼らも大人に。50 年が、遠くない過去に思えた。



事務スタッフ K.K

今年の 4 月から復帰させていただき、生活が一変しました。子どもたち 3 人を起こし、着替えさせ、洗濯し、ふざけながら食べている朝ごはんを急かし、寝ぐせを直し、登園準備を急かし、保育園の連絡帳を記入し、自分の身支度をなんとか済ませて、「遊んどらんと早く車乗ってー！」と声を張り上げ、食器を流し台に放置したまま保育園へ送り届け、出勤する日々。何事もなく出勤できただけで 1 日の大半を終えた気分です（笑）来年はもう少し生活にゆとりが持てたらなあと思うゆとり世代です（'-'）。○○

栄養士 A.O

いよいよ本格的な冬がはじまります。日本には四季があって、日本の四季は素晴らしい！と外国の方は思うそうですが、四季があるのは日本だけではありません。しかし、世界を見ても日本人の四季愛は強く、季節ごとの行事やお祭り、食べ物など、これだけ四季を楽しんでいる国は他にないそうです。素敵ですね♡寒くて嫌になる時もありますが（笑）今までとは違う気持ちで、この冬を楽しんでみようかと思います。

栄養士 A.M



空欄に 3 文字の言葉を入れて  
しりとりを完成させてください

1 から 100 までの数字の中で、表にない数字が 10 個あります。探して答えに書きましょう。



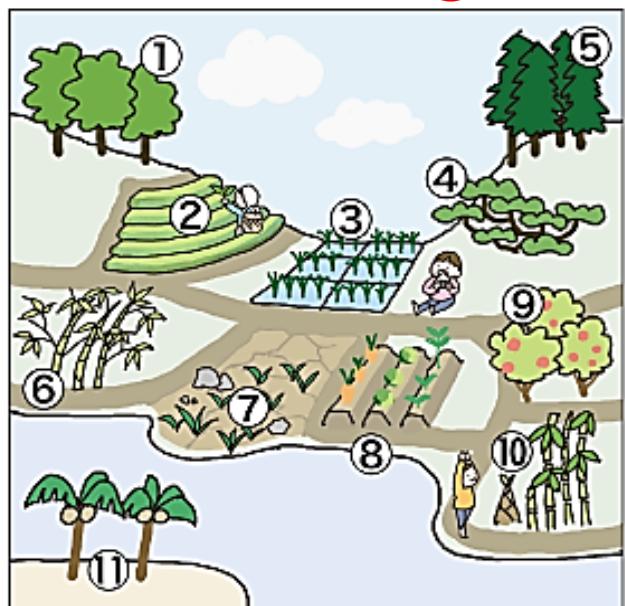
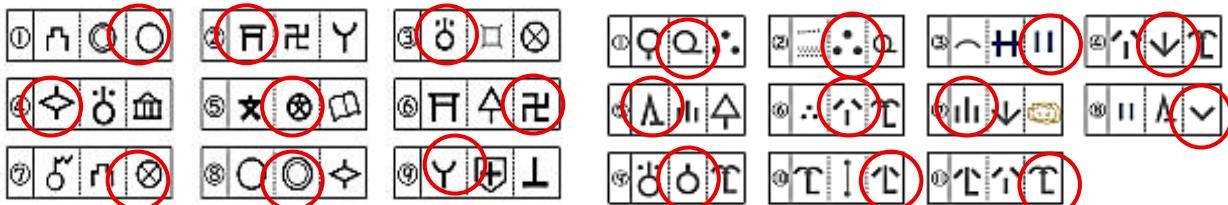
答えは次月号へ掲載いたします。

サウナ	ヤエバ
	
	
ズック	タンボ
	
	
キアツ	トサカ
	
	
ミカン	ルール

45	95	72	85	59	90	38	58	26
77	29	60	71	96	14	65	91	88
100	76	44	33	28	51	70	39	69
46	4	73	78	3	43	37	25	89
18	30	61	34	84	52	13	57	12
87	75	47	80	2	15	64	1	40
19	6	94	7	35	50	23	81	27
31	62	17	22	63	16	41	55	11
74	21	48	83	53	82	66	93	68
32	97	54	8	98	9	42	56	10

今、小学生が習っている地図記号です。ずい分変わっている記号もあります。  
勘を働かせて挑戦してください。さあ、チャレンジです!!

下の地図の番号にそれぞれ当てはまる地図記号をえらび、○で囲みましょう。



## 先月号の答え



# ごはんにっこり



11月6日（木）

11月のお祝い膳は、ネギトロ丼、だし巻き玉子、味噌汁、プリンでした。予想以上に大好評で、普段完食されない方も完食でした♪「週に1回食べたいく！」という声が次々と(^▽^)「ネギトロ丼生まれて初めて食べた！」と言われる方も(^▽^)「美味しいかった～！」という声がたくさん聞こえたお昼でした♡

11月7日（金）

この日は立冬ということで、立冬にちなんだメニューを提供させていただきました。ごはん、鮭の柚子庵焼き、水餃子、春菊の白和え、根菜と長ネギの生姜味噌汁、冬の訪れを感じる時期にぴったりのメニューでした☆特に生姜の入ったいつもとは違う味噌汁は好評でした♪



11月9日（日）

10月の終わりに入居者さまと一緒に柿狩りに行ってきました。その時収穫した柿が食べごろになってきたので、昼食にて提供させていただきました。「うん！美味しい！」「熟してちょうどいいわ」と皆さんに喜んでいただけたようです♡

11月18日（火）

今月のお弁当は、松茸ごはん、秋刀魚の甘露煮、筑前煮、玉子焼き、大根と柚子皮の甘酢和え、味噌汁、ミニ団子♪秋らしい松茸ごはんに秋刀魚の甘露煮が好評でした♪



11月24日（月）

2年ぶりの鍋メニューでした！楽しみされていた方多かったです。ではないでしょうか(о^-^о)久しぶりの鍋メニューということで、今回は寄せ鍋に♪具材は白菜、人参、えのき、しめじ、春菊、豆腐、ブリと盛りだくさん！「おだしか効いてて美味しい！」「鍋食べたかったから嬉しい！」と大好評でした♪

**折り紙細工**



彩りの異なる【傘】が  
折りあがりました





**ビデオ鑑賞会**

鬼平犯科帳映画化  
松本幸四郎、市川染五郎の  
熱演でした




月1回上映します  
次回もお楽しみに(^^)

# 作品コーナー



師走



カレンダー師走に入りあと一枚  
師走とはせわしい季節師も走る

カレンダー師走に入りあと一枚

また一つ風の中より除夜のかね  
静けさの内で聞こえるなり

師走とはせわしい季節師も走る

カレンダー師走に入りあと一枚

陽だまりに優しく咲いてこの町に  
住んで気付けばもう八年目

体操終え友人との日向ボコ

一人加はり話のはずむ

大そうじ今年も終りピカピカに

今朝おきし白雪景色さしこみて

西谷川岸辺に繁れる桑の葉に

養蚕の頃思い出しをり

もちつきやへつぴり腰も何のその

恋人はサンタクロース夢の中

粉雪まいし美しきかな

恋人はサンタクロース夢の中

初冬

金木犀香つて気まま人を恋う  
しあわせ運ぶ香りかな

鯖雲洒落しゃやれて流れてふと消えて

ゆっくりわたしを去つていく

ぬり絵



彩幸の門前老等集い合うおいら

焼きいもほばる頼もしきかな

古池に山陰り来て睡蓮の花

いよいよ美し水面にさゆらぐ



皆さんからの作品を大募集中です！

俳句・短歌・川柳・絵画・手芸品などなど…

お待ちしています！