



# あおぞら

株式会社 サンメンテナンス

2017年 3月1日 第123号

〒263-0012  
千葉市稲毛区萩台町632-40  
TEL 043-290-8778  
FAX 043-290-8779  
発行者 木村伊佐

## いちご狩り



ようやく春らしい陽気になってきました。今日3月6日(月)は千葉市緑区の横田ファームへいちご狩りに行ってきました。シーズン到来、いちご狩り!今が旬のいちご狩りツアーは一番人気です。行きの車内は「いちご!」コールで盛り上がり、ルンルン♪気分です。初めて行く横田ファームはビニールハウスの中が品種類になっていて、とちおとめ・紅ほっぺ・やよい姫・かおりのが食べ放題。9人の皆さんはグルーブに分かれて出発、大きい苺にターゲットを絞る人や、真っ赤な苺を食べ比べする人もいて、いちご畑を自由に闊歩してお腹一杯堪能してきました。

帰りの車内では「満腹のお腹の中には何が入っているでしょうか?」のなぞなぞに「手巻き寿司!」の珍回答も飛び出して「笑」ビタミンCいっぱい新鮮いちごでパワフル全開!お肌つるつるで帰ってきました。

## ひな祭り・手作り桜もち

桃の節句、ひな祭りに桜もちを作りました。ひこうせんの桜もちがホットプレートで焼いた皮に餡を巻いたクレープ状のお餅です。

今日始めて挑戦する吉田一三さんは「桜もちを自分で作るなんて!」「人生初!困

つたなあ」と呟いていました。皆さんが順番に焼いていくと・・・始めと終わりの方は皮の大きさが一回り違って・・・オムレツ桜もちも出来上がりしました!(笑)パクパクとお召し上がりのひこうせん顔で並んでいました。



## 節分・恵方巻き

今日は節分会、皆さんのお部屋の入り口には縁起物の「柀鱈」が飾られ鬼退治の準備も整いました。

お正月も開けた頃から街中は恵方巻き商戦に向けて賑わいを見せ、定番の「太巻き寿司」の他に恵方巻きスウィーツや焼き焼き風、ビビンバ風等ロール状なら何でも良いの時代がやってきました。

皆さんの恵方巻きは王道の太巻き寿司、本日は7つの具材を巻き込むのが理想のようですが、皆さんには難易度が高く、かぶりついた途端にぐしゃぐしゃと崩れ、結局箸で食べる残念パターンとなる近年の状況を踏まえ今年も5品目特別バージョンとしました。一人で綺麗に巻けた方も数多く、なかなかの出来栄です。

## 節分会・豆まき



今年の恵方は北北西、黙って丸かぶりすると福を招くという言い伝えを着実に実践してくれた皆さん、願うは「幸せ」ただ一つ、ひこうせんに福来れ!

節分会午後の部は「豆まき」です。今年は3人の鬼が登場します。リビングに集まった18名の皆さんは豆を握り鬼の登場を今か今かとお待ちかねです。ポリポリと既に豆を食べている人もいます。鬼打ち豆として用意したのは大豆ですが東北より北の地域では落花生が使われると聞きました。後片付けが楽という理由からさあ鬼の登場です。歓声と共に豆まきが始まりました。

「鬼は外」と元気な声を上げて豆まきをしてくれた人もいれば鬼に遠慮しながら小さな声で優しく鬼退治していた人もいました。その横では、ほうきを持ったスタッフが大急ぎで床一面の豆を拾い集めています(確かに落花生の方が良いかも・・・来年の課題にします笑)豆まきが一段落して「鬼になりたい人!」と聞いてみると、桑原はつ子さんと菅原きよさんが立候補してくれました。かわいい赤鬼青鬼の登場に皆さんも大喜び、とても楽しい節分会になりました。



## 青葉の森公園・梅園

春を知らせる梅の開花が始まり1月31日梅の名所、青葉の森公園へ行ってきました。前日は1月の観測史上最高を記録し20度超えとなった関東は4月中旬の陽気となり梅の花が咲き始めました。

園内には白梅の蕾がほころび、寒紅梅が一斉に花開き、ほのかな甘い香りに包まれていました。青空に紅梅が映えて、とても



## 平成28年度第4回運営推進会議

2月16日(木)今年度最後の運営推進会議が開催されました。参加者はご家族8名様、あんしんケアセンター天台・勅使河原薫様、秋台・天台あざみ自治会、民生委員・柳生不二子様、明珠歯科クリニック安藤義哉先生、歯科衛生士・鈴木理恵様、社長ホーム代表4名、合計17名の皆様です。

会議では定例報告の他、年間ヒヤリハット、事故事例報告、歯科医安藤先生より「口腔ケア」の目的と方法について、口腔ケア(機能性口腔ケア(食べる・話すなどの口の機能に関わるケア)と器質的口腔ケア(ブラッシングや歯垢清掃等のケア)がQOL(クオリティ・オブ・ライフ)生活の質を高め身体全体を健やかにする効果があるということ、その方法として体操や呼吸法、ブラッシング等があり、日々の実践がとても重要であるというお話を伺いながら皆さんで勉強しました。お忙しい中ご参加下さいましてありがとうございます。皆様のご協力の下平成28年度運営推進会議が無事に開催できましたことを心より御礼申し上げます。