

初めまして
『愛(アイ)』ちゃんです!

新しい年を迎え、ご家族の皆様、お元気で過ごして下さいよう
この度、白寿苑で犬を飼うことになりました。新年一月五日、やつて参りました。
名前「愛(アイ)」ちゃん
と、いいです。昨年、長年愛され、利用されて「ハナ」ちゃん、職員も淋しい思い、利用者が、職員も淋しい思い、利用者様の心を癒してくれ、愛される犬になることを願っています。
ご家族の皆様、今後とも、「愛」ちゃんを「ハナ」ちゃん同様、宜しくお願いします。
職員一同

ユニットでの
クリスマス会
(花笠町)

寿考館花笠町では、十二月十日にささやかながらクリスマス会を行いました。利用者の方々から「きれいだね」「もうすぐクリスマスかあ」など声をかけて頂きながらクリスマスツリーの飾りつけを行いました。昼食後は、職員でクイズゲーム、お楽しみ会を行いました。一生懸命作り出した像しながら一生懸命作り出した像。



そして午後二時半頃、職員の手と利用者様の拍手でクリスマス会開始。ケーキが登場すると、利用者様から「まあ、すごい」「食べるのがもつたいたいねえ」などの声や笑顔があふれ、自然と私達職員も笑顔になつていました。一年のほとんども室内で過ごされて利用者の方々に少いでも季節を感じて頂けたら幸いです。昨年もあつという間の一年でした。今年も利用者様と職員との笑顔があふれる年にしていきます。たいと思ひます。



春の七草
豆知識

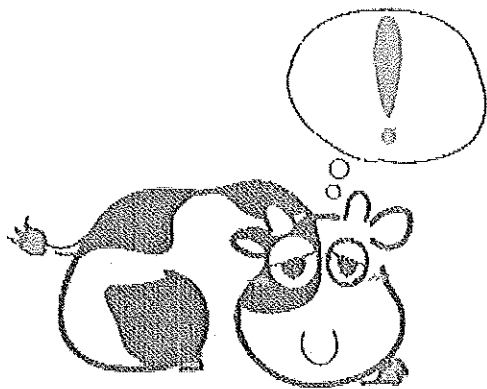


新年明けましておめでとございませう。もう過ぎた一月七日と言えは、何の日かご存じでしょうか?
「セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ」
「七草粥」をいただく日です。
ところで、なぜ七草粥なので

七草は、早春にいち早く芽吹くことから、邪気を払うと言われ、古くは「なまなこ」の草をトントン叩いて刻むので、数も決められていたと。実はこの七草粥、とても理に叶った習慣なのです。
その「ハ」は胃腸に負担がかかるから、粥で食べようというので、正月疲れがようやく胃腸の回復にはちょうどよい食べ物です。またあつさりとおせ、料理が、少し濃い味のおせ、新鮮な味、いたと、とど、では、日本の「ハ」七草には、どのようなパワーがあるのか、あけてみます。
「セリ」↓鉄分が多く含まれて、い、増血作用が期待できます。また、「スズナ」↓熱を下げる、尿の出をよくするなどの作用があります。
比較的、多く含まれ、ミネラルのほかに、栄養に富んでいて、古くから薬草として親しまられています。
「スズナ」↓消化を促進します。「ハコベラ」↓タンパク質が比較的多く含まれ、ミネラルも豊富です。正月には最適なので、不足しがちなお正月には最適なので

年女のひとり言

もく 何度目の年女でしょう
 もく 人生まがり角です
 もく つらい事ばかり
 もく このまま良くならず
 悪くならず老いていけばいい
 いやいや少々
 油がのりすぎたカルビーでは
 めさせ ロースにー

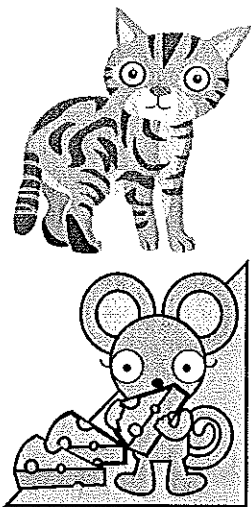


急がねば網の上でまるこげだ

十二支の順番はどうやって決まったの？

昔々、神様が動物たちに
 二匹に一年ずつ順番にその年を
 守ってもらい、これを干支とす
 る。というおふれを出しました。動
 物たちは身支度をはじめました。動
 が、ネコだけは集まる日を忘れた
 てしまつたので、ネズミに聞く
 ことにしました。ネズミに聞く
 「集まる日はいつだニヤ？」
 「正月の二日だチュー」
 このネズミは、悪知恵の働くヤ
 ツだったの、ネコは騙されて
 いるとも知らず、のほほくんと
 してしまいました。

さて、そんな頃ウシは
 「オラは歩くのが遅いから、一
 足先に出るんだモ」
 と、年末にみんなより早く出
 発しまつた。その時、ネズミは
 ちやつかりウシの背中に飛び乗
 りました。
 「ウシは誰よりも早く出たお
 げで、神殿に一番早く到着しま
 した。ここまれば安心だモ」
 と、神殿の前で元旦が来るのを
 待ちました。日が昇つて神殿が開
 き、やがて、日が昇つて神殿が開
 うと、ウシが背中に乗つて、い
 殿に入つてしまったのです。神



こうして、ネズミは干支で一
 番になり、ウシが二番になり
 ました。

一方、ネコはそんなことも知
 らず寝正月の真つ最中。ふと
 気づくと二匹の動物が順番
 が決まつて喜んでいきます。だ
 まされたと思つたときにはも
 う遅い。
 この日からネコはネズミを
 恨み、追いつくようになつた
 と言われています。



二〇〇九年、丑年、牛
 について調べてみました

「雄牛（おうし）」
 オス。肉質は筋肉質だから硬
 い。
 「雌牛（めうし）」
 メス。肉質は脂肪が多いのでや
 わらかい。肉の中では一番おい
 しいとされる。

○結論
 人間だつて同じだね。男のかた
 頑張つて！

「和牛（わぎゅう）」
 一般に高価である。その理由と
 しては、食用になるまでに一般
 の牛より時間がかること、飼
 育方法に手が込んでいること、飼
 料大量生産が難しいことなどが挙
 げられる。
 「輸入牛（ゆにゆうぎゅう）」
 広い敷地で放牧し、牧草を餌と
 する（グラスフェッド）ため、
 肉質は赤身が多く、硬い。ス
 プやカレー、ビーフシチューな
 どの長時間煮込む煮物に向いて
 いる。（主にオージービーフ）

○結論
 どっちも良いところがありま
 す。好き嫌い無く食べましょう
 ね！

「牡牛座（金牛宮）」
 四月二十一日～五月二十一日ま
 での星座。占星術における主な
 各サインの2区においては女性
 を指す。

「丑年（うし）」
 明治三十四年、大正二年、十四
 年、昭和十二年、二十六年、三
 十六年、四十八年、六十年、平
 成九年生まれの方。丑の刻は午
 前二時を中心とする約二時間。
 魔物が跳梁するのにふさわしい
 時であると考えられた。

○結論
 ひとえに「ウシ」といつてもい
 るんな意味があるんですねえ。
 以上、何かの参考までに・・・