

## 8月はバーベキュー大会



九月号

# 四季遊彩

とよみ

筆



ひろいしの里に  
ゆるキャラ誕生！？

村上 利明氏撮影



八月の「四季遊彩」はひろいしの里の庭でバーベキュー大会を行いました。ボランティアの方、地域の方々にもご参加いただき賑やかな会となりました。

暑い日でしたが炭火で焼くお肉はおいしく、ご利用者の食欲も増し、たくさんお召し上がりになりました。

食事の後はビンゴゲームで盛り上がり、景品が当たった時の喜びの表情に、見ていた方々にも笑顔が広がりました。

### 9月は敬老月間

地域の皆様には、いつもご協力いただき、ありがとうございます。

今月の四季遊彩は9月15日(日)15時より、敬老祝賀会を行います。二人羽織や仮装大会を予定しております。また、ぎんもくせいユニットのバルコニーでは昔ながらの「お月見」を再現します。皆様のご参加をお待ちしております。

### 食べるだけではもったいない！！

今年もひろいしの里では沢山の夏野菜が収穫できました。オクラやトマト、ナス、地這えの胡瓜など形は不揃いですが、栄養は満点です。

利用者の方にも「ようさん穫れた」と笑顔があり、早速、美味しい料理に大变身です。旬の野菜を食べて暑い夏に負けないよう頑張りたいと思います。

また、折角穫れた野菜を食べるだけでは勿体ないと思い、絵手紙にしました。

好きな色を使い、それぞれの個性が光る作品がたくさんできました。



# 地域交流納涼祭に参加



## お誕生日、おめでとうございます！



## 聞いて 聴いて

利用者との  
コミュニケーションの中で①

利用者

「ここに居たらお金は要らんですよ。私は子供に全部預けたから」

支援員

「全部ですか？それじゃ何も心配いらないですね」

利用者

「（自分のお腹を指して）ほら見てみ、大きいやろ。これが本当の太っ腹や」

利用者との  
コミュニケーションの中で②

支援員

「毎日の生活はどうですか。楽しく過ごせていますか？」

利用者（男性）

「まあまあやな。強いて言うなら美人のあんたに会うのが楽しみやな」

支援員

「いやあ、嬉しいですわ」

利用者（男性）

「（小声で）愛想で言うたのに」

## お婆ちゃんの知恵袋

終わりがなさそうな気のような蒸し暑さ...

今年の夏は、ことその他、皆様方にも夏バテを残しそうですね。とりわけ、肩こりに悩まされている方も多いでしょう。

そこで、活動の秋に備えて、いくつかの解消法を紹介したいと思います。

- ① 熱いお湯に塩、酢を少し入れて溶かし、タオルに浸して絞りと、肩に当てると血行が良くなります。
- ② 炒った塩をガーゼに包んで当てる。塩の熱は長時間、少しずつ身体を温めます。
- ③ ぐず粉小さじ1杯をお湯で溶いて浴槽に入れ、よく混ぜます。ぐず湯に入浴するとこりを和らげてくれます。
- ④ 里芋をすりおろし、小麦粉とおろし生姜を少し入れて混ぜ、直接痛みのある部分に塗り、木綿の布を当てると痛みが治まります。



## 編集後記

新月から数えて満月になる十五日目を「十五夜」と呼びます。  
収穫できた自然の恵みを神様に感謝し、採れたばかりの芋や月見団子を供え、すずきを飾って名月を觀賞する農耕行事だつたと伝えられています。四季遊彩のひろいしの里では昔風の飾り付けをしています。  
是非、お立寄り下さい。