

ケアランド

令和元年 7月 第121号

いきいきだより

ケアランド通信「いきいきだより」

令和元年 7月1日(月)発行 / 株式会社 和通 発行責任者 / 中田宏史

暑い夏に、冷たい食べものを食べ、身体にたまった暑気を払うという意味や、癒し効果のある漢方や食べ物により、暑さで弱った身体や気を正して元気にすこすこ、という意味があります。

暑気払いとは？

梅雨明けと共に本格的な夏を迎える7月、海開き・山開き、七夕、夏休みなどがあります。すでに、記録的な暑さを更新しそうな勢いの、今年の夏。上手に楽しみながら、夏を乗りきるためにも、日本に伝わる「暑気払い」について調べてみましょう。

特集

夏を暑気払い(じよきばらい)で乗り切ろう!!

江戸の川柳に「枇杷(びわ)と桃(もも) 暑気払い」といのが残っています。これは「葉ばかり」と「憚(はばか)りながら」「小学館現代国語例解辞典より①恐れ多いことながら②大きさに、あるいは、生意気に…等の意味」をかけて、「本来は実を食べるはずの」ピワとモモの葉っぱばかりですみません、ひとつ暑気払いにでも…」という句です。

江戸時代から明治にかけては、枇杷や桃の葉を煎じた「枇杷葉」という薬湯が暑気払いとして江戸・上方などで辻売りされていたそうです。時代考証を知る文献またその時代の庶民の暮らしを知

る落語の話の中や、今もなお身近に各所で行われる、夏祭りや花火大会など、随所にその時代の人々の工夫や知恵を感じることが出来る暑気払いが登場します。涼やかな金魚や風鈴なども暑さをしのぎ、涼を誘ってくれる暑気払いとして挙げられます。

ケアランド

スマートフォンや携帯電話等で読みとり、チェックしてください。



和通グループ

ケアランド

- 居宅介護支援(ケアマネ)
- 通所介護(デイサービス)
- 訪問介護(ヘルパー訪問)
- 訪問介護(介護タクシー)



ケアランドかつらぎ
TEL 0736-23-1112
伊都郡かつらぎ町大藪136-2

ケアランド高野口
TEL 0736-42-3688
橋本市高野口町名倉234

ケアランド和歌山

TEL 073-474-4210
和歌山市黒田279-4

ケアランド紀の川

TEL 0736-77-5231
紀の川市豊田43-5

ケアランド伊都

TEL 0736-43-0710
橋本市高野口町向島171-4

ケアランド橋本

TEL 0736-32-9354
橋本市東家1-392-5

ケアランド御坊

TEL 0738-24-1094
御坊市野口1184

シルバーハイム

住宅型有料老人ホーム

シルバーハイム太田
TEL 073-473-0510
和歌山市鳴神798-1

シルバーハイム新在家
TEL 073-475-4676
和歌山市新在家91-1

若宮シルバーハイム
TEL 073-402-1101
和歌山市有本653-2

御坊シルバーハイム
TEL 0738-24-0125
御坊市野口字小淵1351-1

和歌山シルバーハイム

TEL 073-441-7455
和歌山市三葛528-1

シルバーハイム太田Ⅱ

TEL 073-473-5522
和歌山市鳴神784-4

シルバーハイム市駅前

TEL 073-428-7577
和歌山市杉の馬場4-1-1

伊都シルバーハイム

TEL 0736-43-2110
橋本市高野口町向島171-4

隅田シルバーハイム

TEL 0736-33-6660
橋本市隅田町垂井字女房坪61-10

ケアセクション

- 訪問介護(ヘルパー訪問)
- 通所介護(デイサービス)
- 訪問介護(介護タクシー)
- 放課後等デイサービス
- 児童発達支援

ケアセクションかつらぎ
TEL 0736-22-2125
伊都郡かつらぎ町笠田東72-3

ケアセクション伊都
TEL 0736-42-3910
橋本市高野口町名倉234

ケアセクション和歌山

TEL 073-475-0322
和歌山市黒田279-4

ケアセクション和歌山

TEL 073-471-5001
和歌山市鳴神803-1

児童デイサービス

こさぎ
TEL 073-475-0322
和歌山市鳴神803-1

児童デイサービス

こぐま
TEL 073-475-0322
和歌山市黒田18-4

社会福祉法人
きのくに福祉会
ごぼうの郷
特別養護老人ホーム
ごぼうの郷 デイサービス
ケアランドきのくに
TEL 0738-22-5500
御坊市熊野44-4
ゆあさの郷
TEL 0737-63-3507
有田郡湯浅町大字湯浅2834

ウチの自慢コーナー

三毛猫「もなか」のモナちゃん

保護猫施設で仲間外れだったの... 3年経って、ちよびり慣れました。お散歩のリードはうまく使えません。

7月 イベントのお知らせ

宮北ふれあいサロン

7月21日(日)

午前11:00(開場 午前10:50)から午後2:00まで

8月18日(日) ケアランド和歌山夏祭り 午後5:00から

ふれあいサロンは地域での孤立・引きこもり防止や健康生きがいづくりを目的に楽しい仲間づくり、ふれあい交流を行う場所です。

軽食・飲料・カラオケ、すべて無料です。楽しい時間を一緒に!

場所: 和歌山市黒田279-4 和通ビル1F ケアランド和歌山

お問合せ ケアランド和歌山 0120-75-0309

季節のおすそ分けレシピ

食欲がない時に!! 梅・コーヒー簡単☆カンテン



材料

寒天	約10g (棒寒天1本)
水	1,000ml
砂糖	大さじ4
うめしろうつぶ	100ml
コーヒー	100ml (インスタントを適量溶かす)

byちはるん

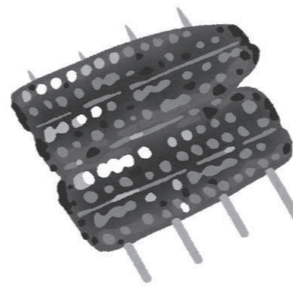
作り方

- 鍋に水を入れる。
- 棒寒天を細かくちぎり鍋の中に入れる。きちんと寒天が溶けるまで煮る。
- 途中砂糖を投入する。
- 寒天と砂糖が溶けたら別の容器に半分ずつ寒天液を入れる。片方に梅シロップ、もう片方にコーヒーを入れて静かに混ぜる。<冷やし固められる容器にしておく便利>
- 粗熱が取れたら5時間くらい冷蔵庫に入れる。
- コーヒーにはお好みにフレッシュをかけて召し上がれ。

にたのまれ、古来より精のつく身体によい食べ物として知られていたうなぎを、「丑の日だから『う』のつくものを食べると縁起が良い、夏負けしない」と語呂あわせを考えます。

店の前に「本日土用丑の日」と書いた、誰の目にもつく大きな看板を出したのだそうです。

江戸ッ子のハートをつかんだその看板は今でいうキャッチコピーのような存在。それを見た同業者が真似をしたとか、しないとか。現代に続くほど効果があったようです。



冷えたビールに枝豆、また冷麦やそうめんを涼やかにいただいたり、夏野菜、果物を食べる方もいるでしょう。

江戸時代には「甘酒」を冷やして飲んだりしたようです。

甘酒は飲む点滴と言われ、最近また流行して暑気払いには最適のようです。

無理せず、自分なりの暑気払いをこころがけるのが一番良い方法です。

昨今、特に国産もののようなぎはおいそれと手が出ない高級食材になっていますが、うなぎが好きな方は、年に1度くらいは舌鼓を打ち、楽しみながら暑気払いをして、夏を乗り切るのも良い方法です。



【文責】ケアランド紀の川 事務 田中亜依

【参考資料】ニース&ナビゲーター

このクイズに正解された方のうち抽選で5名様に、素敵な景品をプレゼントします。ハガキにクイズの答えと、あなたの住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上、下記宛先までお送りください。(下欄を切り抜いてご利用ください。)みなさまのご応募お待ちしております!

締切り：7月31日(水)当日消印有効
※当選者は次々号にて発表します。

【宛先】▼下欄を切り取り、ハガキに貼って投函ください。

〒640-8341
和歌山市黒田279-4
ケアランド和歌山
「いきいきだより
クイズ係」

多数の応募者の中から厳正な抽選の結果5名の方がご当選されました。おめでとうございます。

頭文字を並べると夏を彩る花になります。何の花でしょう?

- ヒント
- ①眠くなると出るものは?
 - ②1~6まで目がある四角いものは?
 - ③ピアノ、ハーモニカ、笛これは何のなかま?
 - ④紙を折って鶴やかぶとをつくる伝統の遊び

答え ○ ○ ○ ○ ○

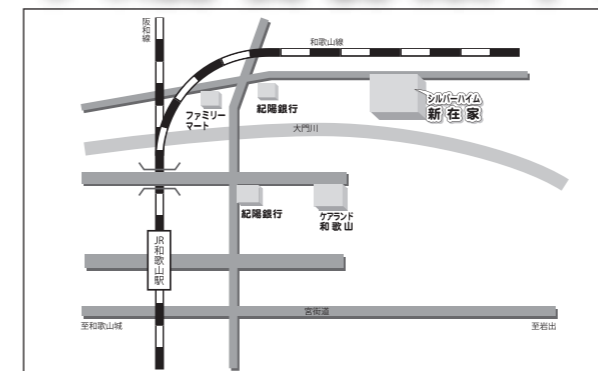
119号の答え **こいのぼり**

119号の当選者様
作部一誠様 保田エイ子様
林優光様 吉本照代様
構本紀夫様

ケアマネさん
ヘルパーさん 募集

ケアランド各事業所
0120-75-0309

住宅型有料老人ホーム
シルバーハイム新在家
和歌山市新在家91-1
入居者募集中!



お問い合わせ
ハイム運営 株式会社 和通
TEL 073-475-0310

シルバーハイム新在家
Tel.073-475-4676

介護 ケアランド和歌山
Tel.073-474-4210

配食 有限会社 宗和
Tel.073-475-0415

▲写真はイメージです。