

広報誌

健 寿

平成30年
夏号

発行/平成30年7月17日



社会福祉法人健寿会 / 特別養護老人ホーム長生苑 〒299-4104 千葉県茂原市南吉田 4061-1
TEL 0475 (30) 9777 FAX 0475 (34) 8863 ホームページアドレス<http://www.choseien.or.jp/>



初夏の日差しの中、あじさい見物に出かけました。
たくさんのあじさいが出迎えてくれました。
緑のトンネルで一休み。なんだかトトロでも出てきそう？

暑中お見舞い申し上げます

暑さ厳しき折、ご自愛くださいますよう
お祈り申し上げます

平成30年 盛夏



♪ 目 次 ♪

特集：思い出アルバム
…… (2～5 ページ)

旬の食材で一品

地域とともに

行事予定 他

…… (6 ページ)

～思い出アルバム～



坂本冬休み ものまねショー

本冬休み ものまねショー

特 養



今年も、坂本冬休みさんが来てくださいました。坂本冬美、八代亜紀、美空ひばり、由紀さおりにサザエさん一家……次々と繰り広げられるものまねショーに拍手喝采！ お一人おひとりと握手をしながら、またマイクを傾けながら会場を回っていただきました。



今年も長生苑畑が 出来ました



カインズで苗を購入。ミニトマトにスイカ、トウモロコシ…収穫が楽しみです。



梅は一つひとつ丁寧にヘタを取り、楊枝で穴をあけていきます。



梅シロップ作り

夏の暑さも梅ジュースでバッチリ!!



梅と氷砂糖を交互にビンに入れて、仕込み完了！後は、じっくり待つのみ。

外出もたくさんしました



お手玉もあやとりも昔はよくやったよ...



オレンジカフェ



かつぱ寿司と100円ショップ



永しま 揚げたての天ぷらは最高ですっ!

たまにはショッピングもいいわネ



太陽の里



あじさい見物



あじさい屋敷として有名な服部農園では斜面一面に色とりどりのあじさいが広がり、素晴らしい景色を堪能しました。本納の鞆戸池周辺は木陰もあり、散歩にはもってこい。表紙はその時のベストショットです。



お芝居を観てきました。サインをもらって記念にパチリ!!

座フラ

デイサービス

昨年の秋ごろから始めた、座って踊るフラダンス《座フラ》をご紹介します！徐々に振り付けを覚えて形になってきました！キレイなレイを付けてみなさんも一緒に踊りませんか？



手作りパン かぼちゃパン♡

職員のマネをして踊ります♪

ハワイアンソングの『月の夜は』という曲に合わせて踊ります♪♪

他には、みなさんにも馴染みがある『見上げてごらん夜の星を』『上を向いて歩こう』etcの振り付けもありますよ～♡



旬を迎えるかぼちゃを使いました！
生地にはかぼちゃパウダーを練り込んで、
かぼちゃ尽くしのパンが出来上がり♡

よもぎあんぱん♡



よもぎの香りがおいしさをそそる一品。
新緑の季節ならではのおいしさ♡

ケアハウス

多古町のあじさい館と海の駅九十九里(いわし博物館)に行ってきました。
美味しい魚料理もいただき、目もお腹也大満足です。

日帰り旅行



サラダバイキング

野菜がたくさん食べられて嬉しい
と、毎回好評です。



七夕飾り

皆さんと作った笹飾り。
願い事が叶いますように!



落花生

種から育てた苗をベランダと
花壇に植えました。昨年豊作
だったので今年も楽しみです。



旬の食材で一品

『プチトマトのコンポート』

長生村一松出身
料理研究家

三宅 郁美 先生に
教わりました!!



【材料】

プチトマト…20個 レモン…1/4個
水…200ml ミント…2枝
砂糖…50g

- ① レモンは粗塩でこすり洗いし、3mmの輪切りにする。
- ② 鍋に水と砂糖を入れ、火にかけて沸かし、砂糖が溶けたら火から下ろしてレモンとミントを加える。
- ③ プチトマトはへたを取る。ボウルに氷水を用意しておく。
- ④ 鍋に水（分量外）を沸騰させ、プチトマトを入れて5秒後に引き上げ、氷水に取る。
- ⑤ プチトマトの皮を剥いて②に加え、冷蔵庫で冷たく冷やす。

【プチトマト】ビタミンCとカロテンも豊富！栽培も容易で、お家で育てている方も多いのでは。サラダで食べるのが定番ですが、暑い夏にデザートとして水分補給がてら召し上がってはいかがでしょうか？

地域とともに

- ・坂本冬休み 様
- ・音楽ボランティア STG 様
- ・音楽ボランティア たんぽぽの会 様
- ・茂原ウクレレクラブ 様
- ・茂原北陵高等学校 吹奏楽部 様
- ・生涯大学校 切り絵クラブ 様
- ・生け花指導 江澤様、螺良 様
- ・書道指導 成 様、矢島 様 生涯大学OB様

長生苑ではたくさんのボランティアの皆様のご協力をいただいております。ありがとうございます。これからもよろしくお願いたします。



茂原市長寿クラブ連合会 芸能発表



茂原北陵高等学校吹奏楽部



茂原ウクレレクラブ



音楽ボランティア たんぽぽの会

皆様ありがとうございます



長生苑の小窓

特養 1 階の廊下にあります大きな木。春には満開の桜…徐々に葉桜になり、サクランボが実りました。そして今では、スイカに



みかんと色々な果実がたわわに実っています。なんとカットスイカまで。次は何が実るかしら？

<http://www.choseien.or.jp/>



打ち水、うちわ、扇風機…昔はこれだけで過ごせた夏も今ではクーラーがかかせなくなりました。皆様、熱中症には十分お気を付けください。広報誌に関するご意見・ご感想をお待ちしております。

編集後記

第 64 回茂原七夕まつりに参加します

全国的にも有名な『七夕飾りコンクール』に長生苑も初参加いたします。生涯大学切り絵クラブの方々との共同制作になります。茂原七夕まつりにお越しの際は是非、ご覧いただければ幸いです。

茂原七夕まつり開催日程

平成30年7月
27・28・29日
10:00~21:00
29日は20:00まで

9月 敬老会
10月 長生苑まつり

行事予定

