

ク ロ ー バ ー
Clover

VOL.39

2022 年春号



株式会社 さち コーポレーション
グループホーム さち

ホーム長のご挨拶



初夏を迎え、草木が生き生きと鮮やかに美しいこの季節。私の悩みは雨とともにぐんぐん伸びる雑草です。忙しさを手入れできずにいたさち畑や自宅の庭は大変なことになっていました。最近では娘も手伝ってくれるとはいえ、本当に重労働です。

毎年重たい草刈り機を持ちだして必死に作業を行っていましたが、この愛用品はかれこれ10年物。重たさに腰を痛めつつ使ってきましたが、後半はだいぶガタがきていました。道具は大事に使いたいという性分のため、しょっちゅう修理に出しながら大切に使用してきましたが、昨年の修理の際に「今度壊れたらもうだめだよ、買い替えた方が修理代よりも安くつくからね」と、修理屋さんに言われたことでついに買い替えを決めました。

新しい量販店のオープン記念セールの特典に草刈り機が掲載されていたので、すぐにお店に向かい店員さんの丁寧な説明を聞きながら何度も試運転をさせてもらい購入に至りました。

実際に使ってみると今までのものよりもとても軽く、体にフィットして動かしやすいので作業後の体の疲れ具合も違います。重みもさほど感じないから長時間使用ができる、お気に入りの一台となりました。

「物は大切に長く使う」ことが一番と思っていましたが、今回の草刈り機の一件で新しい物にチャレンジしてみたことで今までとは違う気づきとなりました。

私も高齢なので、自分の体に負担が少ないということも新たな商品選択の基準となりました。大事に使っている物で自分の体を壊してしまったら元も子もありません。

決して今ある物を捨ててすぐに新しい物に買い替える等の消費廃棄を訴えたいのではなく、自分の年齢や体力を考えながらできるだけ長く使える「自分に丁度いい」という価値観を持って長く使える商品をしっかり選ぶことも、一つの「サステナビリティ=持続可能」ではないのではないかと思います。

高齢化が進み、70代でも働くのが当たり前の時代になりつつあります。「最近のお年寄り元気だ」なんてよく耳にしますが、いやいや私たちも体はえらいのです。この高齢化社会で若い人たちだけでなく、私たちも日本を支えていくために新たに「いかに楽で効率的か、長く続けられるか、やりがいをもてるか」と柔軟性をもって適度に道具も考え方も新しくしていくこともこれからの時代には重要だと思います。



さちの日々是好日



春になるとさちの周りにはたくさんの花が咲き乱れます。道端に可愛らしく咲いている色とりどりの名前も知らない草花。春の訪れを知らせてくれる梅の花。そして、見る人を幸せな気持ちにしてくれる桜の花。さちで暮らしていると毎日きれいな花を眺めることができます。今回は利用者様たちが日々愉しんでみえる「さちのお花見スポット」を3つ紹介させていただきます。

まず1つ目は、さち周辺のお散歩コースです。さちの周りにはぐるっと一周できる約600mの散歩道があります。そこには白・黄色・紫などカラフルな草花があちこちに咲いており「あら、カワイイ花がたくさん♪」皆さんの顔にも笑顔の花が見られます(*^^*)



2つ目は平芝梅林公園です。ご存知の方も多いと思いますが豊田市の中でも有数の梅の花見スポットです。さちから徒歩10分とアクセスやすく、歩いて訪れたり、ドライブで行かれたり、利用者様はほぼ全員お出かけされていると思います。写真映えるので

たくさん梅の花を背にパシャリ(^-^v)皆さんの感動が伝わってきます。

そして3つ目。さちの庭に咲く梅の花、桜の花です。これは自慢してもいいのでは？と思うほど綺麗で、毎日室内から愉しむことができる贅沢なお花見スポットです。天気の良い日にはテラスに出て、お茶を片手に談笑しながらお花を眺める、という豊かな時間が流れることも(*^^*)



いかがでしたか？ 遙々、遠くまでお花見に出かけるのも楽しいですが、さちには歩いて行ける距離にこんなにたくさんのお花見スポットがあるんです。実は春だけに限らず春夏秋冬、四季折々のお花が愉しめます。これからも皆さんと日々の中でお花見が愉しめたらと思います。

山本

あっちこっちそっち

このコーナーは、グループホームさちの活動をご報告いたします。

節分（2月）

節分の催しがありました。今年は手作りの恵方巻♪か
んぴょうやたまご、桜でんぶなど好きな具材を手際よ
く巻かれる皆様。我慢できずパクッと味見される方も…
「美味しいな～」とご満悦でした。そして鬼のパンツを皆
さんで新調♪いざ鬼退治の開始です！「鬼は～外！福は
～内！」と力強く鬼目掛け投げられました。笑顔の溢れる会となりました。



ひな祭り（3月）

花餅作りが行われました。ひな祭りのイベント
ではありましたが、男性利用者様も真剣に取り組
まれ、白・ピンク・緑に染まった丸いお餅を一生
懸命木の枝にくっつけてみえました。完成すると
皆さんからは「きれいだねえ～♪」とたくさんの
笑顔が見られました。お昼ごはんのちらし寿司作
りも利用者様に協力していただき、“食べて”美味しい、“見て”嬉しい、そんな賑やかなひ
な祭りとなりました(*^-^*)



フルーツパーティ（4月）

お楽しみフルーツパーティが行われました。今年
もいちご、パイナップル、ぶどうなど5種類のフル
ーツを用意しました。フルーツの皮むき、カットや
盛り付けと皆さんで準備を行い、お皿に盛りつけ
るとまるで宝石の様で大興奮でした。練乳やチョコレ
ートソースをつけて食べ「美味しい！大好きな果物
が沢山食べられて嬉しい！」と喜ばれ、皆さんおかわりもされ大満足されていました。



さちのつぶやき

ここでは、グループホームさちで聞こえたつぶやきを少しずつご紹介します。

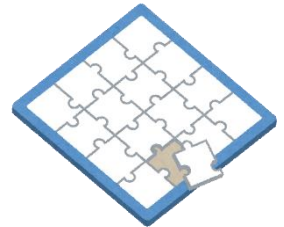
家事作業

女性陣が洗濯物をたたんでいると男性ご利用者のUさんは「はあ～、うまいな～。おっかあがやっとなで～」と目を丸くし感心されています。いつもは洋服を畳む事は難しいようで女性陣にお願いをされていますがある日、ご自分から洗濯物に手を伸ばし、苦戦しながらも一所懸命に畳んで下さいました。すると女性陣から「ありがとね～！」と感謝の声。「あはは～」と照れながらも嬉しそうな表情をされていました。



ジグソーパズル

最近、ジグソーパズルに挑戦されているIさん。
見本の絵を見ながら頑張られる姿を見かけます。ピースを手に持たれ見本の絵にとらめっこをしているかのように、どこに当てはまるかと真剣な表情で考えながらされている姿が印象的です。スタッフも一緒に行っていると「これは？」とスタッフに見せて助けを求められた様でした。少しヒントを伝えるとピースの向きをかえてみて合うと嬉しそうな表情で「ありがとね～」と一言。この後も何度かヒントを求めてこられたIさんなのでした。



大好き近所のおばちゃん

「近所のおばちゃんが大好きでねえ・・・」廊下を歩いているとおもむろに語り始めたYさん。「小さい頃の話なんだけどね。『かわいいねえ♪』って言われると嬉しくて。私のお母さんもいたけど、忙しかったから・・・」と。急に昔のことを思い出されたようでした。何十年たっても自分に優しくしてくれた人のことはしっかり覚えてみえるものなのですね。



キウイのジャスミンティーマリネ

最近スーパーに行くと珍しい果物が並んでいますね。先日は店頭でココナッツ、ドリアン、タマリンド等々南国の果物が並んでおり驚きました。…タマリンドってどう食べるのでしょうか？戸惑いのあまり手は出せず、いつも食べているキウイを購入しました。

キウイは果物の中でも葉酸やビタミンなどが豊富に含まれているので、暑くなるこれからの時期の疲労軽減や美肌効果に期待できます。今回は素晴らしい効果を持つキウイを使った爽やかなデザートレシピを紹介させていただきますね♪

<材料>

- ・キウイ 2玉
- ・ジャスミンティー茶葉 3g
- ・砂糖 25g
- ・熱湯 300 cc



- ① あらかじめ分量外のお湯で温めたティーポットに茶葉を入れ、熱湯を注ぎ3分蒸らす。
- ② ①を保存容器などに注ぎ、砂糖を入れて溶かし粗熱を取る。
- ③ キウイの皮をむき、5 mm幅くらいにスライスし②へ入れて冷蔵庫で半日ほど冷やして完成。

使うジャスミンティーはペットボトルの物でも大丈夫です。③の工程で、お好みでクコの実やドライフルーツを入れると実がふっくらし、美味しいですよ。今回はクコの実も一緒に漬け込みさらに美肌効果を狙いました。

あまり日持ちがしないことと、キウイを漬け込みすぎるとジャスミンの香りが薄くなってくるので、1~2日くらいで食べきるのが良いでしょう。

口に含んだ瞬間はフルーティーなキウイの香りと味がし、後味にジャスミンの香りがふわわりと残りとても爽やかです。実は今回のレシピは、香りがイマイチ好みではなかったジャスミン茶葉を消費するために思いついたレシピでしたが、キウイを入れることでジャスミンの香りがまろやかになり、残ったシロップも美味しくいただきました☆

次回作るときは白きくらげや白玉、菊花なども入れてアジアデザート風にして、プチ海外旅行気分を味わおうと思います♪

サポーターさん募集

グループホームさちではサポーターさん（ボランティア）を募集しています。現在は新型コロナウイルスが流行中のため、屋外でのボランティアさんのみ募集しております。庭の手入れや窓ふき、車の手入れなどなど。ぜひご興味ございましたら、グループホームさちまでお問合せ下さい！



<お問合せ先>

グループホームさち 担当：神谷

電話：0565-35-0805

メール：sachi@eco.ocn.ne.jp

編集雑記

今年は3年ぶりに制限なしのGWとのことで、大勢の人が豊田市内から出かけるのかと思っていたら、意外と自宅で過ごされる方が多いように感じました。自宅の庭の手入れをしている方や、近隣のイベントに大勢の方が参加されている方々をよく見かけました。「さあ、ご自由にどうぞ」と言われても、まだ感染リスクの高い中で、心から自由に出かける気にはなれない現れだったように感じました。来年のGWは、果たしてどのような連休になっているのか…今後の私たちの行動がカギを握っているのでしょうか（真理）

発行／株式会社さちコーポレーション

〒471-0067 愛知県豊田市栄生町3-58 ☎0565-35-0805

<http://www.e-sachi.co.jp/>

発行責任者／神谷 幸子

発行日／2022年5月10日（発行予定月：2月5月8月11月）