

8月の歳時記

雑学・豆知識

お盆・・・祖霊(それい)を祀る行事です。あの世から帰ってくるこの期間は、祖霊をもてなすための飾りやお供えを用意し、お迎えの意味を込めてお墓参りに行きます。

盆踊り・・・盆踊りは元々、お盆の間に迎え入れた祖霊を慰め、自身の災厄を祓うためのものでした。徳島県の阿波踊りなどが有名です。

立秋・・・暦の上ではこの日から秋になるとされ、立秋を過ぎると、暑中見舞いではなく残暑見舞いを出します。実際は、一年で最も気温が高くなる頃です。

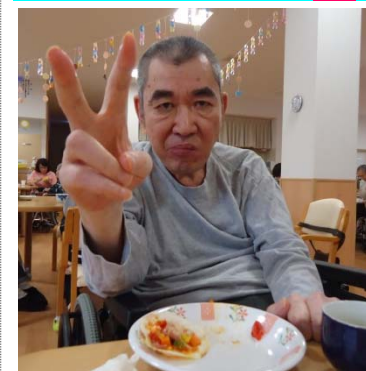
夏のセミから秋のセミへ・・・真夏に鳴くアブラゼミやミンミンゼミは「夏ゼミ」、晩夏に鳴くツクツクボウシやヒグラシは「秋ゼミ」と呼びます。夏ゼミは合唱するように一斉に鳴きますが、秋ゼミは一匹が鳴き終ると次が鳴くことから謙虚なセミと言われています。

お洒落なシティ感覚 ケアタウン飛鳥



家庭のぬくもりそのままにケアホームさくら荘

このひと・・・紹介



栗栖茂さんは昭和23年2月21日、宮崎大学医学部や宮崎国際大学などの文教都市であり特産品はパイナップルや日向夏栽培が有名な宮崎県宮崎郡清武町(現宮崎市)生まれの67歳である。学生時代はとて真面目でスポーツ万能で中学から野球を始めポジションはセカンドだった。当時は身長が180センチもあり、いろんなスポーツ部からひっぱりだこだった。男友達が多く夏になると清武川で泳ぐのが楽しかったと話す。中学3年になった時、普通科高校で勉強と野球を両立して頑張りたいと決意し宮崎大宮高校に進学した。

高校でも大好きな野球に励みファーストやサード、外野といった複数のポジションを守っていた。そして高校生活最後の夏の甲子園を懸けた宮崎大会では惜しくも4回戦で私立高校に敗れ、今までに流したことの無いくらい涙が溢れたという。後に宮崎大宮高校は甲子園出場を果たしている。高校卒業後、昔から絵を描くことが好きでデザインを学びたいと思い福岡県にある九州産業大学に進学する。大学時代は水彩画や油絵などを専攻していた。休日は友達と福岡市内で遊んだり、20歳になって初めて彼女ができたとか。福岡での学生生活は授業や卒業研究がとても苦労したけど、とても楽しかったと話す。卒業後は宮崎に戻り大学で学んだことを生かし宮崎市内にある看板会社に就職する。看板デザインで大きな仕事したという。それは宮崎で行われた日本のふるさと宮崎国体のロゴマークのデザインだったそうだ。当時の高校生が公募した作品の中から手掛けたそうで一週間も掛けてロゴマークを制作していた。完成した時は嬉しさがこみ上げてきたそうだ。国体開催当日に大会関係者から聞いた話で昭和天皇から「こんな素晴らしい絵を見たのは初めてだ。」とお褒めのお言葉を頂いたそうだ。その話を聞いて栗栖さん本人がびっくりしたという。プライベートでは高校時代、友達と遊びで行ったのがきっかけでボウリングにはまりマイボール・マイシューズを持っていた。全日本まで行き優勝したすごうでの持ち主でもある。優勝したことがきっかけで女性にモテモテでファンレターが届いたりして困ったなあと笑顔で話していた。一番印象深く残っていることは中学時代の友達と鹿児島に行って桜島を見ながらお酒を飲み明かしたことが楽しかったなあ。もし歩けるようになったら、あの日のように友達と再会して飲み明かしたいと話してくれた。バブル時代も経験しどんなことも毎日楽しくて美味しいものばかり食べ歩きナンバー1はやっぱり宮崎牛ステーキなんだとか。バブルが弾けてしまったときはとても大変だったと話す。現在はさくら荘で週2回のデイサービスを利用している。一番の楽しみはデイのレクであるボール投げかな・・・でもやっぱり食べる事が大好きだから美味しいご飯が楽しみかな。「いつも美味しく作ってくれる厨房の皆さんありがとうございます。」って伝えてくださいとのことでした。

有限会社 聖

TEL 65-6300

FAX 65-6301

宮崎市本郷北方2708

\* 広報誌のご意見をお待ちしています。

ようこそ陽だまりへ!



2015 8月号

● 有限会社 聖

- 住宅型有料老人ホーム ケアタウン飛鳥
- 住宅型有料老人ホーム ケアホームさくら荘
- デイサービス 陽だまり ケアセンターさくら (訪問介護)
- ケアサポートセンター ひじり (居宅介護事業所)
- 訪問看護ステーション 翔



### 『こむら返りについて』

寝ている時、スポーツをしている時、何か動作をした時等、頻回に脚がつって困っている方は多いようです。

一般的には、水分不足や電解質のバランスが崩れているなど、説があるようです。

上記の説どうなのかは良くわかりませんが、結論をいいますと、関節の調整を行ないますと、かなり高頻度の確率で当日からそれが起こらなくなります。

脚がつる人は、太ももやふくらはぎの筋に、筋スパズムというコリが強く出ています。これは腰や足首周囲の関節からきている事がほとんどです。ですから関節の調節によってそれを取り除くのです。その結果、攣らなくなれば、それが原因だったのかなあという感じ です。

コリをもみほぐしますと、コリがさらに強くなりますので注意が必要です。

訪問看護ステーション翔  
作業療法士 田上義人

■今年の高校野球宮崎大会は宮崎日大高校が一八年ぶり二回目の出場で幕を閉じた。甲子園での活躍が楽しめた。



誕生日会



おばあざグループの訪問があり踊りやチャンバラなど盛り上がりまし



全体会



グループワークを行い「自分が理想とする施設とは？」の議題で各グループで発表しました。



園内散歩



梅雨明けした青空の下、久々に外の空気を吸い込んでいました。



紙芝居

桃太郎やさるかに合戦などを朗読されました。利用者の皆さま静かに聞き入っていました。

りんともみじの観察日記  
りんともみじは飛鳥のマスコット犬です。

■七月二十日に宮崎を含む九州南部がようやく梅雨が明けた。今年より一日遅かったようだ。昨年は雨が多く日照時間も少なかった。そんな中、宮崎県串間市では超早場米の稲刈りが始まったようだ。生産者は「今年には長雨の影響で稲の病気であるいもち病の心配もあったが、なんとか持ち堪えてくれた。今年はいちよいち米が出来そうだ。」と話した。外部から見られる利用者のYさんは「自分の家でもお米作ってるから食べてみてね。」と自慢げに話していた。

■7月後半になってくると学生たちは夏休みに入る。その休みを利用して旅行に行かれる方もいるだろう。そんな中おがさわら丸をご存じだろうか。東京都心から、南に約千キロ。太平洋のど真ん中に浮かぶ小笠原諸島には空港がなく、本土との間を結ぶ唯一の交通機関は「おが丸」の愛称で知られる客船のみだ。所要時間は二五時間三〇分。丸一日以上、船に揺られて父島に到着する。船は三日間、港に留まり、四日後に再び都心の竹芝桟橋へ向け出港し約一週間かけて往復している。父島出港の際