

大分県の郷土料理  
「とり天」



今月の行事食



鶏肉を多く食べることで知られる大分県。2019年、総務省が一世帯あたりの鶏肉年間消費量を調査したところ大分市が全国1位になったそうです。

「とり天」は、別府市内にある県内初のレストラン「東洋軒」が発祥だとされています。昭和初期、既存メニューの唐揚げが骨付きであったために女性が食べづらいだろうという気遣いから、骨のないもも肉を食べやすい大きさに切り、天ぷら風にアレンジしたのがはじまりとされています。

特別養護老人ホームくらしき 栄養士 渡邊 浩平

亀龍会グループだより



令和7年  
2月号 No.130

「オーシャンビュー 鷺羽 祝20周年」  
オーシャンビュー 鷺羽  
施設長 田村 千鶴



2月行事食予定

節分

巻き寿司と  
いなり寿司  
大豆の五目煮  
すまし汁  
いちご

バレンタイン

ピラフ  
煮込みハンバーグ  
カラフルサラダ  
コンソメスープ  
チョコプリン

誕生日会

炊き込みごはん  
刺身  
茶碗蒸し  
酢味噌和え  
お吸い物  
オレンジとキウイ

郷土料理(大分県)

けんちゃん  
ミニあみ飯風  
とり天  
おからの酢の物  
かぼすゼリー

いつもありがとうございます

お世話になったボランティア様のべ人数

特養くらしき	特養くらしき里桜	ケアハウス倉敷 グループホーム倉敷	グループホーム亀山 デイサービス亀山	デイサービス倉敷	オーシャンビュー鷺羽	オーシャンビュー倉敷
3名	3名	13名	3名	14名	4名	10名

1月のボランティア様  
合計 50名

R7.1月~12月のボランティア様  
累計 50名

<内訳>

クラブ・レクリエーション 写真展示・絵画展示	11名
行事応援スタッフ	0名
演芸 (歌、踊り、演奏、マジック等)	34名
施設菜園 野菜作り	5回

阿智の風様 華扇会様 倉藤 孝之様 田辺 正文様 難波 文男様 堀川 光男様・堀川ファミリー様 萬一座様 水間 正雄様 村上 明子様 矢野 康子様  
犬飼 順子様 橘高 繁福様 滝本 洋三様 トランペット井上様 舟田 葵選手 見島 一子様 三宅社中様 安田 美都子様

2月行事予定

1日 創立祭&誕生日会(里桜)	21日 誕生日会(オーシャンビュー倉敷)
3日 節分祭(里桜、亀山)	24日 誕生日会(オーシャンビュー鷺羽)
4日 節分祭(特養)	25日 誕生日会(ケアハウス)
19日 誕生日会(亀山)	28日 誕生日会(デイサービス倉敷)
20日 誕生日会(特養)	

立春とは名ばかりの厳しい寒さが続きますが、いかがお過ごしですか。さてオーシャンビュー鷺羽は、令和7年1月15日で創立20周年を迎えることができました。継続できたのは、ボランティアの方々や地域の方々のご理解とご協力、ご利用者の満面の笑顔とご家族様に支えていただいたからこそと感謝いたします。本当にありがとうございます。思えば平成17年、凍えるような寒い日のテープカットから始まり、創立記念でボランティアさんの演芸会を一週間毎日催し、中庭でのお祭り、運動会と楽しい思い出ばかりが刻まれています。また、オーシャンビュー鷺羽には自慢のできるものがあり、それは瀬戸内海の四季折々の美しさと点在する島々の景色、さぬき富士がいつでもみられる事です。これは、日本中どこの施設を探してもない宝物です。その景色と融合しながら、また新しい歴史を積み重ねていきたいと願っています。今後も職員一同ご利用者様が心癒される日々が送れるように努め、皆様から愛されるオーシャンビュー鷺羽として精進していきますので、ご指導お願いいたします。

<プロフィール>

介護福祉士、介護支援専門員、認知症実践研修など様々な資格を有し数々の経験を生かし、職員の育成・ご利用者のQOLの向上に力を注いでいる。特別養護老人ホームくらしき創立時より介護の責任者として勤め、現在はオーシャンビュー鷺羽で施設長として活躍している。約30年前、長女が中学生の時福祉に目覚め、一念発起して福祉の道に進み、色々な資格も取り、現在に至る。

# 特別養護老人ホームくらしき



## 誕生日会

今月の誕生日会では、亀龍会空手道部の演武を披露して頂きました。世界最高峰の舟田選手による形の演武では、圧巻の気迫やスピードに利用者様も大変魅了されておられました！また組手競技では、中村選手と水杉選手による組手試合をしていただき、気迫あふれる試合に拍手が自然とおこっていました。

## 初詣

亀龍神社で初詣をしました。皆さん健康と幸せを祈願され、お参り後はおみくじを引いて盛り上がりました。素敵な一年となりますように、職員一同もお祈りしております。



# ケアハウス倉敷



## 誕生日会

今年初めの誕生日会は「三宅社中様」にお越しいただきました！創流60周年を迎える菊水流の舞踊・扇舞・剣舞を披露していただきました！迫力のある剣舞・キレイのある舞踊・動きのそろった扇舞・素晴らしい踊りでした！

## 買い物クラブ

ケアハウス倉敷では、毎週月曜日買い物クラブを行っています！外出が苦手な方も週に一回の買い物クラブを楽しみにされており、好きな物を買って大変喜ばれています♪



1月生まれの皆様  
お誕生日おめでとうございます！  
笑顔が輝く日々であり続けますように



亀龍会グループ 和泉理事長も  
1月5日がお誕生日でした。  
毎日が喜びに満ちた日々でありますように



森定 節子様  
(くらしき里桜)



酒向 昭二様  
(くらしき里桜)



日高 宗二郎様  
(くらしき里桜)



谷口 達也様  
(くらしき里桜)



眞野 緑様  
(くらしき里桜)



角田 敏章様  
(くらしき里桜)



佐々木 満千子様  
(くらしき里桜)



中村 澤子様  
(ショートステイくらしき里桜)



桑野 道子様  
(ケアハウス倉敷)



濱本 正則様  
(ケアハウス倉敷)



佐野 富雄様  
(ケアハウス倉敷)



田邊 保子様  
(ケアハウス倉敷)



藤原 義則様  
(ケアハウス倉敷)



林 福治様  
(ケアハウス倉敷)



安原 廣美様  
(グループホーム倉敷)



石原 壽子様  
(デイサービス倉敷)



平井 タケコ様  
(デイサービス倉敷)



原 恭子様  
(デイサービス倉敷)



貝原 智恵子様  
(デイサービス倉敷)



小銭 敏枝様  
(デイサービス倉敷)



堀内 小夜子様  
(デイサービス倉敷)



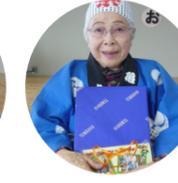
石井 富美子様  
(オーシャンビュー驚羽)



生田 政子様  
(デイサービス驚羽)



正木 善子様  
(オーシャンビュー倉敷)



山本 初枝様  
(オーシャンビュー倉敷)



鎌田 収様  
(オーシャンビュー倉敷)



安田 万里子様  
(オーシャンビュー倉敷)



清板 幹枝様  
(ショートステイ-シャンビュー倉敷)



原田 美恵子様  
(グループホーム亀山)



角南 恵子様  
(グループホーム亀山)



小橋 玲子様  
(グループホーム亀山)



松本 ミヨ子様  
(グループホーム亀山)



平木 明美様  
(グループホーム亀山)



國本 忠義様  
(デイサービス亀山)



岡畑 チエリ様  
(特養くらしき)



山田 睦様  
(特養くらしき)



山本 新様  
(特養くらしき)



上川畑 美三様  
(特養くらしき)



赤木 静子様  
(特養くらしき)



大橋 良子様  
(特養くらしき)



福留 悦様  
(特養くらしき)



岩本 芳子様  
(特養ショートステイクらしき)



樋上 義彦様  
(特養ショートステイクらしき)



樋上 喜久代様  
(特養ショートステイクらしき)



梅の花が咲き始め、春の足音を感じるこの頃です。まだまだインフルエンザや新型コロナウイルス、ノロウイルス等の感染症の流行が心配ですが、体調には十分気をつけて予防に努めてください。花粉の時期でもありますので、対策等しっかりしながら過ごしましょう。  
2025年のスギ花粉の飛散開始時期は、例年通り2月上旬から中旬と予想されます。

● 花粉情報をチェック

テレビやインターネットで気象情報や花粉情報を入手しましょう。

<花粉の要注意日>

- ① 天気が晴れまたは曇り
- ② 最高気温が高い
- ③ 湿度が低い
- ④ やや強い南風が吹き、その後北風に変化したとき
- ⑤ 前日が雨

● 外出時の花粉症対策

① マスク着用

マスク着用することで花粉を1/3～1/6に減らすことができます。花粉が飛び始める前からマスク着用すると花粉の症状を抑えることができると言われています。



② 眼がかゆくなる前に一工夫

花粉を寄せ付けない工夫の一つに「メガネ」があります。花粉対策用のめがねが販売されています。通常のメガネでも目に入る花粉の量を1/3に減らすことができます。



● 帰宅時

うがいをする

鼻から吸い込んで奥に付着した花粉は時間が経つと共に、粘膜の動きでのどの奥へと送られます。風邪のシーズンだけでなく、うがいの習慣をつけて、のどの花粉を洗い流しましょう。

● 家の中での対策

① 上手な換気

- 換気のコツは開窓の幅を10cm程度にする。
- レースのカーテンを使用する。これで侵入する花粉の1/4減らすことができます。

② 部屋の加湿

乾燥した空気で鼻の粘膜が傷む「ドライノーズ」も花粉症の原因です。部屋の加湿・マスクに濡れた布を入れるなどしてケアをしましょう。

**亀龍会空手道部ニュース**  
亀龍会空手道部 水杉 優太



亀龍会空手道部・亀龍会空手道教室の稽古も再開し、道場内が活気に溢れています。4月になると各大会が開催される予定であり、それまでの期間、大会に向けた準備をしっかりと進めていきたいと思っております。

1月1日の年越しに、児島稗田八幡宮にて空手道教室の生徒が奉納演武を行いました。多くの観客がいる中で、素晴らしい形演武を披露して下さりました。倉敷ケーブルテレビで生中継されました。



**オーシャンビュー倉敷**



オーシャンビュー倉敷では今年も美しい初日の出を拝むことが出来ました。また誕生日会では華扇会様をお迎えし、お正月に相応しい御目出度い演芸を觀賞させて頂きました。演芸会では阿智の風様にお越し頂き生演奏を鑑賞し、皆様昭和のヒット曲に手拍子をされて喜ばれました。ボランティアの皆様、いつも有難うございます。

**オーシャンビュー鷺羽・テイサービス鷺羽**



創立祭 誕生日会 演芸会

堀川さんとお弟子さんが初めてコラボされたということです。とても初めてには見えず素敵な音色でした。



創立20周年を記念して、式典を行いました。これからも利用者の皆様が海を眺め、心豊かに過ごして頂けるよう頑張ってお参ります。

利用者の皆さんと初日の出をおがみしました。素晴らしい一年になりそうです。

空手演武



舟田選手が空手演武を創立式典の中で披露しました。糸東流のチバナノクーシャンクーという型でとても迫力のある圧巻の演武でした。



## 特別養護老人ホームくらしき里桜



今月の誕生日会は、萬一座様に来て頂きました。ドレス姿にお着物姿、きらびやかな衣装をまとった萬一座様。登場の度にご利用者様から「わ～きれい。すごい」という歓喜と喝采。歌に合わせて手拍子をされ、素敵な演技に魅せられ時間が過ぎるのを忘れてしまいました。ありがとうございました。



里桜施設内の「里桜宮」に初詣をしました。「御縁がありますように」と「5円」のお費銭を入れ祈願。「おみくじ」振って、大吉？中吉？末吉？今年の運勢を占いました。その後はニコリ記念撮影。今年も健康で過ごし、良い年でありますように。



## グループホーム亀山



誕生日会にトランペット奏者 井上様に来て下さいました！トランペットだけでなくドラムや様々な楽器を演奏され、イントロクイズなど大盛り上がりでした♪職員も一緒にステージへ立ち「北酒場」を熱唱しました！皆さんとても楽しかったですね♪



### 年賀状

職員からの心のこもった年賀状が届き今年もよろしくお祈りしますと皆さん笑顔で新年の挨拶をされていました。

### 福笑い

福笑いでお正月の初笑い！ 皆さんアドバイスされ楽しそうにお正月遊びをされていました。

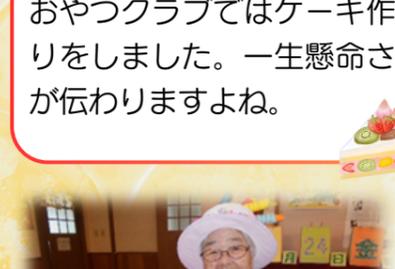
## デイサービス倉敷



毎月行っております「抹茶の日」は皆様にとっても好評な一日となっております。普段のおやつの時間がとても特別な雰囲気にもまれて自然と笑顔がでてきます。

今月の誕生日会は「阿智の風」の皆さんにお越し頂きました。様々な昭和歌謡曲を披露して下さいました中、「瀬戸の花嫁」を歌って頂きましたが、ご利用者さまが「私の子どもの結婚式で歌った特別な曲なんだよ」と昔を懐かしみ涙ぐんでおられました。

## グループホーム倉敷



おやつクラブではケーキ作りをしました。一生懸命さが伝わりますよね。

亀龍神社にお参り◎。絵馬とおみくじを手にとり今年一年の健康をお祈りしました。

### 初詣～亀山神社～



デイサービス亀山の亀山神社に初詣に行きました！「初詣にまだいけない・・・」という方も無事に参ることができました。今年も皆様のご健康を職員一同願っております。

## デイサービス亀山



### 今年の抱負

皆さんで、今年の抱負を絵馬に書きました！「健康第一」「世界が平和でありますように」「夫婦仲良く」などなど♪皆さん、今年も元気にデイサービス亀山に来て下さいね！！