

岡山県の郷土料理
「蒜山焼きそば」



蒜山焼きそばの最大の特徴は、濃厚な味噌だれです。昭和30年頃、蒜山地域にある食堂で、ジンギスカンのたれや味噌を混ぜて作った独自のたれで焼きそばを作ったのが始まりと言われています。この焼きそばは、全国のご当地グルメが集まる「B-1グランプリ」で優勝したこともある、岡山県を代表する全国区の人気メニューです。蒜山の豊かな自然に思いを馳せながら、楽しく味わってください。

特別養護老人ホームくらしき 栄養士 渡邊 浩平

今月の行事食



4月行事食予定

開設記念
(4月1日)

赤飯
天ぷら三種
紅白なます
すまし汁
いちご

ごちそうの日

山菜炊き込みごはん
鱈の白みそ焼き
白和え
すまし汁
いちごムース

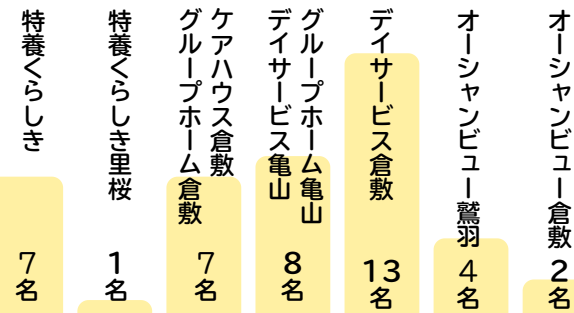
誕生日会

焼き鱈の押し寿司
菜の花の和え物
かにあんかけ
赤だし
オレンジとキウイ

郷土料理
(岡山県)

蒜山焼きそば
桜えびごはん
小松菜の中華炒め
杏仁豆腐

いつもありがとうございます



3月のボランティア様
合計 42名

R8.1月~3月のボランティア様
累計 157名

<内訳>
クラブ・レクリエーション
写真展示・絵画展示 13名
演芸
(歌,踊り,演奏,マジック等) 23名
施設菜園 野菜作り 4回
行事等応援スタッフ 2名

あざみの会様 難波 文男様
sawara:B:blue様 万・ハ・ラ・ク・オ・マ・ラ・プ・ア様
犬飼 順子様 堀川ミュージックスクール様
カトレアの会様 見島 一子様
橘高 繁福様 村上 明子様
倉藤 孝之様 矢野 康子様
スマイルスマイル様 水間 正雄様
滝本 洋三様 萬一座様 (50音順)

4月行事予定

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| 1日 創立記念祭・誕生日会 (ケアハウス倉敷) | 22日 誕生日会 (オーシャンビュー 鷺羽) |
| 4日 創立記念祭・誕生日会 (デイサービス倉敷) | 23日 誕生日会 (オーシャンビュー 倉敷) |
| ~5日 お花見週間 (里桜) | 24日 誕生日会 (里桜) |
| 21日 誕生日会 (亀山) | 28日 誕生日会 (特養くらしき) |

亀龍会グループだより



令和8年
4月号 No.144

「倉敷音楽祭」町並みコンサート

社会福祉法人亀龍会
理事長 和泉 恵美子



春うらら・・・桜の季節となりました。三月には倉敷美観地区では春を呼ぶ倉敷音楽祭がスタートして40周年になります。

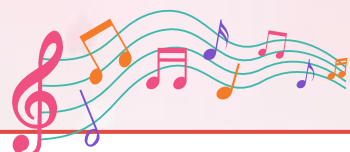
21日には、倉敷物語館のステージでは、愛植音さんのグループが「アリス」のチャンピオン、ジョニーの子守唄などの歌を演奏し、たくさんの観客皆んなノリノリで一緒に手拍子をし、大変楽しく大盛り上がりでした。

22日には水上特設ステージではsawara:B:blueさんのお二人の歌声が倉敷川に響き渡りました。ビートルズのレット・イット・ビーやピンクレディーの渚のシンドバットの曲で、blueさんのかわいい踊りなどなど・・・観客の皆様も手拍子で盛り上がり喜ばれていました。私達も観光客に混じって旅行をした気分になり幸せな2日間でした。

愛植音さん、sawara:B:blueさんは、私達の施設の誕生日会などにボランティアで来ていただいております。これからも素敵な演奏で亀龍会グループの皆様を和ませてください。

特別養護老人ホームくらしき

誕生日会



誕生日会には「カトレアの会」様が来て下さりました！
大正琴の素晴らしい演奏を披露して下さいました。昔懐かしい歌も多く、演奏の中に自然と口ずさむ方の姿も見られました。懐かしさを感じる音色に包まれ、心温まるひとときを過ごすことが出来ました♪皆さまの心に響く素敵な演奏をありがとうございました♪

ひな祭り会



3月はひな祭り会を行いました！皆さんでゲームを行いながら、一つの作品を作り上げました♪全員で協力しながら素敵な作品が出来上がりました！



ケアハウス倉敷



誕生日会



3月の誕生日会は「あざみの会」の皆様にお越しいただきました。ギターの色に合わせて、唱歌、懐かしの名曲、洋楽と幅広く演奏していただき、皆で歌を楽しみました。



お散歩

倉敷川畔に河津桜を見に行きました。肌寒い日もありましたが、満開の河津桜を楽しみました。4月の花見も楽しみですね。

3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ますように



塩尻 紀江 様
特養くらしき



佐藤 千賀枝 様
特養くらしき



山下 君江 様
特養くらしき



小原 小千代 様
特養くらしき



切通 公明 様
特養くらしき



藤原 正己 様
特養くらしき



房野 春江 様
特養くらしき



矢野 静代 様
特養くらしき



原田 成二 様
くらしき里桜



和田 隆一 様
くらしき里桜



末長 敏夫 様
くらしき里桜



岡村 末男 様
ケアハウス倉敷



岡本 幸子 様
ケアハウス倉敷



植木 祥江 様
ケアハウス倉敷



真鍋 厚子 様
ケアハウス倉敷



平勝 枝 様
ケアハウス倉敷



守屋 明 様
デーサービス亀山



安東 芳雄 様
デーサービス倉敷



松本 富子 様
デイスサービス倉敷



新井 玉子 様
デイスサービス倉敷



池永 菊枝 様
デイスサービス倉敷



中島 登 様
デイスサービス倉敷



戸田 宣子 様
オーシャンビュー倉敷



向井 キヨ子 様
オーシャンビュー倉敷



三宅 浩子 様
オーシャンビュー倉敷



十川 鈴 様
オーシャンビュー倉敷



重松 一夫 様
オーシャンビュー倉敷



小松 實 様
オーシャンビュー倉敷



松本 都 様
オーシャンビュー倉敷



正木 松男 様
オーシャンビュー倉敷



大段 春子 様
オーシャンビュー倉敷



高岩 美智子 様
オーシャンビュー鷺羽



若松 康弘 様
オーシャンビュー鷺羽



小山 和正 様
オーシャンビュー鷺羽



松岡 一子 様
オーシャンビュー鷺羽



竹本 辰二 様
オーシャンビュー鷺羽



都築 道子 様
オーシャンビュー鷺羽



片山 穰 様
オーシャンビュー鷺羽



掛谷 嘉夜子 様
グループホーム亀山



東元 澄子 様
グループホーム亀山



大森 洋子 様
グループホーム倉敷



<衛生委員会とは>

労働安全衛生法に基づき、一定の規模に該当する事業場で設置が義務付けられています。

事業者側と従業員側が一体となり、労災防止や従業員の健康保持増進に関する取り組みについて調査審議し、従業員側が事業者に対して意見を述べるための委員会です。職場における労働者の安全と健康を守り、快適な労働環境を整えるために事業者と従業員の双方が歩み寄り、建設的な協議を行います。

<活動内容>

健康診断結果への対応、職場巡視と安全点検、長時間労働者の健康管理、メンタルヘルス対策、法改正や社会的動向の共有、等が挙げられます。



社会福祉法人亀龍会 産業医



医療法人天和会 松田病院 外科部長 岩藤 浩典

～衛生委員会における産業医の役割～

衛生委員会において、産業医は医学に関する知識を持っている専門家として、職場環境や労災防止についてアドバイスを行います。職場の健康管理体制の改善策を提案、職場巡視の結果報告や健康診断後の措置、ストレスチェック結果の分析など、健康リスクに関する助言や提案を行います。

亀龍会空手道部ニュース

亀龍会空手道部 主将 市本 寛



3月試合結果をご報告させていただきます。

- ・ 舟田 葵 KARATE1プレミアリーグ2026 ローマ 個人形 第5位
- ・ 山内 健太郎 KARATE1プレミアリーグ2026 ローマ 組手84kg級 第5位

山内選手においては6月にインドネシアで開催されるアジア大会の出場が決定しました。最新の世界ランキングも13位と快進撃が続いており、日本を代表してアジアの頂点へこれから挑戦が始まります。舟田選手もアジア大会の出場をあと一歩で逃しましたが、世界ランキング12位と躍進しており、今後の試合に期待です。

《亀龍会空手道教室》

誠道館空手道錬成大会

【形競技】

- ◆低学年 3位 米澤花
- ◆中学年 3位 岩崎大知
- 5位 安野光
- ◆高学年 準優勝 鷲野叶空
- 3位 前場仁一朗
- ◆中学生 3位 甲本優羽
- 5位 渡邊心絆

【個人組手】

- ◆低学年 3位 妹尾一葵
- ◆中学年 優勝 大森湊斗
- 3位 渡邊騰心
- ◆高学年 優勝 藤村弦之介
- 準優勝 渡邊魁心
- ◆中学生男子 3位 渡邊龍人

【団体組手】

- 準優勝 藤村翔輝、藤村弦之介、渡邊魁心、渡邊騰心、妹尾一葵

第20回未来君杯

全国中学生空手道選抜大会 (3月27日～3月29日)

- 男子個人形 辻 奏馬 出場
- 女子個人形 甲本優羽 出場
- 女子個人組手 渡邊心絆 出場

オーシャンビュー倉敷



誕生日会

誕生日会はsawara:B:blue様にお越し頂き、懐かしの昭和ポップスを観賞させて頂きました。皆様ご存知の曲ばかりで、「私は全部歌えたよ♪」と楽しそうにおっしゃられる方も。「渚のシンドバット」では見事なダンスを披露してください、会場は拍手の渦でした。ラストは代表のリクエストでビートルズの「LET IT BE」で締めくくり、大変盛り上がりの会となりました。



ひな祭り会

3月は桃の節句。お雛様を飾りました。お内裏様とお雛様の衣装を着て写真撮影をしたり、おやつに甘酒をお出ししたりと、一日雛祭り気分を楽しんでいただきました。

オーシャンビュー鷺羽・テイサービス鷺羽



佐藤主任 熊野副主任

ひな祭り会

3月2日にひな祭り会が開催されました。皆様で輪になり、お雛様・お内裏様に衣装を一つずつ渡していくゲームを行ない、大盛り上がりの会となりました。オーシャンビュー鷺羽玄関には、きれいな雛人形を飾り、皆様毎日ご覧になっては楽しまれておりました。

お誕生日会

お誕生日会には萬一座様が来て下さいました。なんと職員の佐藤・熊野も綺麗な着物とお化粧で参加させていただきました。2人とも一生懸命踊り、皆様からも黄色い歓声が上がっておりました。

音楽療法

今月はオーシャンビュー鷺羽の最上階広間にて開催しました！海を観ながら皆様で色々な楽器を演奏し、素敵なセッションを繰り広げ大盛り上がりでした。

お散歩

今月も皆様とお散歩に行っておりました。少し肌寒さの残る日でしたが、春の訪れを感じられ皆様喜んでおられました。



特別養護老人ホームくらしき里桜



誕生日会

誕生日会には、倉藤様によるマジックショーが披露され、「すごい!!」と驚きと歓声がありました。楽しく華やかなひとときとなりました。

鍋会

毎年恒例の鍋会を実施。皆さまで鍋を囲み、温かいひと時を過ごしました。「美味しいね」と会話も弾み、自然と笑顔が広がりました。心も体も温まる、穏やかな時間となりました。

ひな祭り会

3月3日、ひな祭り会を開催しました。お雛様の前で記念撮影や〇×クイズで楽しい時間を過ごしました。ひな祭りの歴史にも触れながら、皆様興味深く耳を傾けておられました。会の終わりには、甘酒を味わい春の訪れを感じていただきました。



デイサービス倉敷

誕生日会

3月は大正生まれのとてもお元気な100歳の方がおられます。元気の秘訣は「くよくよしない事」と教えて頂きました。オカリナのスマイルスマイルさんの演奏による歌と一緒に唄い楽しい時間を過ごすことが出来ました。



コンサート

毎月、堀川さんと堀川ミュージックスクールの方が、演奏に来られています。尺八、ピアノ、トランペット、笛等の演奏に合わせて一緒に唄い、ゆったりとした時間を過ごしました。



堀川様
堀川ミュージックスクール様

ひな祭り会

ひな祭りでは、ひな祭りの由来を説明し、クイズ・雛飾り作りを行いました。中には職員が顔があたり……。笑いあいの楽しい雛祭り会になりました。もちろんおやつは甘酒を頂きました。



グループホーム亀山・デイサービス亀山

お誕生日会



お誕生日会

今月の誕生日会はフラ・ハーレー・ウ・オ・マーラ・プア様にきていただきました。ゆったりと流れるように踊られる姿に穏やかな気持ちで楽しむ事ができました♪

生活の様子

カラオケやクラフト作り、体操と皆さん色々楽しみ充実した日々を送られています。今月は河津桜がきれいに咲いていました♪



ひな祭り会

デイサービス・グループホーム合同でひな祭り会を行いました！童心に帰った気持ちで楽しまれていました♪皆さまの頑張りで素敵なひな人形が完成しました！



グループホーム倉敷



ひな祭り会

3月3日のひな祭り、皆さん着物を羽織り、お雛さまになって、お内裏さまと写真撮影しました。皆さん、とても可愛らしくて、若々しいですね。



ひな祭り会では、皆さんと一緒に飾りを作り、歌を唄い、ちらし寿司と手作りケーキでお祝いしました。



クラフト作り

来月の壁紙のクラフト作り、皆さんで楽しく作成しています。出来上がりが楽しみです。



音楽療法

月に一回の音楽療法で、講師の先生の音楽に合わせて道具を使って身体を動かしたり、普段さわることの出来ない楽器を演奏してみたり、とても楽しい時間を過ごすことができています。