

山梨県の郷土料理 について

今月の行事食



山梨「ほうとう」は小麦粉を練り、平らに切ったほうとうめんをたっぷりの具材とともに味噌仕立ての汁で煮込んだ料理です。今では誰もが知る山梨県の代表的な郷土料理と言えるでしょう。

稲作が適さない山間で米に代わる主食として古くから親しまれてきており、ほうとうめんを打つことは嫁入り修行とされてきていたそうです。野菜やお肉との相性も良く、栄養価も高いことに加え、打粉を付けたまま煮込むので、汁は粘性があり冷めにくく、体が温まる料理なので、寒くなってきた今の時期におすすめです。たくさん食べ、元気に過ごしましょう。

特別養護老人ホームくらしき 管理栄養士 小原 悠樹

10月行事食予定

寿司の日

ちらし寿司
春菊と柿の白和え
いものこ汁
オレンジ



秋祭り

焼きサバちらし寿司
栗と里芋の煮物
きのこのけんちん汁
梨



誕生日会

栗ごはん
天ぷら3種
白菜ときこのこのおかか和え
茶碗蒸し
なめこのみそ汁
柿



郷土料理 (山梨県)

さんまめし
ほうとう
じゃが芋とひじきの煮物
ぶどう缶



いつもありがとうございます

<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) **28名**
施設菜園 野菜作り **6回**
行事等応援スタッフ **2名**

愛植音様 難波 文男様
茜流 美凰会様 難波 安子様
アンクルンの会様 畑みさこ様
犬飼 順子様 フラ・ハラウ・オ・マ・ラ・プ・ア様
橘高 繁福様 見島 一子様
倉藤 孝之様 水間 正雄様
sawara:B:blue様 村上 明子様
滝本 洋三様 矢野 康子様 (50音順)

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	グループホーム亀山	デイサービス倉敷	オーシャンビュー驚羽	オーシャンビュー倉敷
7名	3名	1名	3名	26名	7名	2名

9月のボランティア様
合計 **49名**

R8.1月～9月のボランティア様
累計 **564名**

10月行事予定



1日 創立記念祭&誕生日会 (オーシャンビュー倉敷)	24日 家族会喫茶 (里桜)
16日 運動会 (デイサービス倉敷)	26日 花野人
19日 誕生日会 (里桜)	27日 誕生日会 (亀山)
21日 誕生日会 (オーシャンビュー驚羽)	29日 誕生日会 (ケアハウス・グループホーム倉敷)
23日 誕生日会 (特養くらしき)	30日 誕生日会 (デイサービス倉敷)

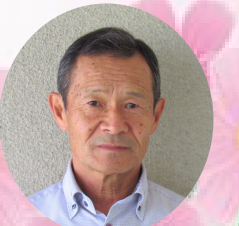
亀龍会グループだより



令和8年
10月号 No.150

「感謝」

社会福祉法人 亀龍会
評議員 広瀬 行治



朝晩がずいぶん涼しくなり、秋の訪れを感じる季節となりました。
皆様、いかがお過ごしでしょうか。

私は、5年前から亀龍会グループ各施設の全体会議に毎月出席させていただいております。皆さんと一緒に仕事をさせていただく中で、私なりに感じたことを、いくつかお話しさせていただきたいと思います。

亀龍会グループは30年間、堅実に業務を続け、各方面から厚い信頼を得てきました。福祉・介護は「人」を大切にすることです。利用者の皆さん一人ひとりに寄り添い、人と人とのつながりを大切にする仕事だからこそ、職員の育成をさらに充実させ、皆さんが誇りを持って長く働ける職場であってほしいと思います。

また、亀龍会グループには、日頃から多くのボランティアの皆さんが来てくださっています。そして何より素晴らしいと感じるのは、職員の皆さんのボランティアの方々への対応です。お互いに感謝の気持ちを持ちながら、良い関係を築いている姿を見ると、とても温かい気持ちになります。こうした地域の皆さんとのつながりは、亀龍会グループにとって大きな財産だと思います。

亀龍会空手道部は、これまで素晴らしい成績を収めています。今年入社した選手の一人が、「日本一の介護職員を目指す」と話してくれました。空手道で日本一を目指すだけではなく、介護職員としても日本一を目指す。その言葉から、競技者としてだけではなく、一人の社会人としての強い意気込みを感じました。選手だけでなく、応援する職員、そしてグループ全体が一つになっている姿は、とても素晴らしいものです。私も、皆さんと一緒に亀龍会グループの歩みに関わりながら、少しでもお役に立てればと思っています。これからも皆さんの力を合わせて、次の40年、そして50年に向けて、さらに発展していける亀龍会グループをつくっていきましょう。

<プロフィール>

岡山トヨペット株式会社に43年間勤務し、営業職をはじめ、店長、本部長（役員）を歴任。持ち前の負けず嫌いな性格と、謙虚で真面目な姿勢を大切に、長年にわたり業務に取り組む。2021年より亀龍会グループ総務として、2025年6月より亀龍会グループ評議員としてこれまでの経験を生かし、法人の発展に携わっている。

特別養護老人ホームくらしき



敬老祝賀式典

敬老の日を迎え、皆様のご長寿をお祝いし、敬老祝賀式典を開催致しました。これまで歩いてこられた長い年月に敬意を表するとともに、これからも健やかに、笑顔あふれる毎日をお過ごしいただけますよう、職員一同心よりお祈り申し上げます。皆様、本当におめでとうございます！！



誕生日会

誕生日会では「日本のおどり茜流美鳳会」の皆様にお越しいただき、素敵な新舞踊をご披露いただきました♪
華やかな衣装と優雅で美しい舞に、皆様も笑顔で見入られ、会場は温かな拍手に包まれました。素晴らしい舞踊で、誕生日会に華を添えていただきました！！

ケアハウス倉敷



敬老祝賀会

今年も敬老祝賀式典を開催させていただきました。当日は大勢のご来賓や役員の方々にお越しいただき、米寿の方5名のお祝いをしました。ご家族からのお手紙やメッセージに感極まる方もおられました。これからもお元気でお過ごし下さい。



誕生日会

誕生日会では倉藤孝之様マジックを披露して下さいました。どこから何が出てくるのか？驚きの連続に同居者様から歓声が上がっていました。

9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



横溝 富貴子 様
ホーシャルビュー驚羽



坂田 禮子 様
ホーシャルビュー驚羽



川崎 タミ子 様
ホーシャルビュー驚羽



田端 テイ子 様
ホーシャルビュー驚羽



金田 栄三 様
ケアハウス倉敷



山下 美千子 様
ケアハウス倉敷



山本 武雄 様
ケアハウス倉敷



山木 君子 様
ケアハウス倉敷



守谷 早苗 様
ケアハウス倉敷



西原 ヨシコ 様
ケアハウス倉敷



猪木 博子 様
ケアハウス倉敷



渡辺 ひろ子 様
ケアハウス倉敷



江尻 タミエ 様
ケアハウス倉敷



関藤 順子 様
グループホーム倉敷



松尾 英子 様
グループホーム倉敷



安藤 壽恵男 様
SSホーシャルビュー倉敷



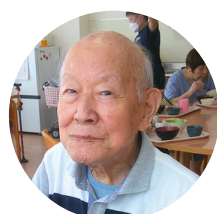
山下 登士 様
ホーシャルビュー倉敷



山根 澄世 様
ホーシャルビュー倉敷



森野 實様
SSホーシャルビュー倉敷



石井 顕 様
SSホーシャルビュー倉敷



大森 貞子 様
ホーシャルビュー倉敷



尾上 節子 様
ホーシャルビュー倉敷



北條 義廣 様
ホーシャルビュー倉敷



林 文子 様
SSホーシャルビュー倉敷



岡本 アサコ 様
デイサービス倉敷



合田 信子 様
デイサービス倉敷



松尾 麗子 様
デイサービス倉敷



猪原 アグリ 様
グループホーム亀山



大友 智美 様
特養くらしき



長谷井 芳子 様
特養くらしき



田中 文子 様
特養くらしき



【大腸がんについて】

日本において大腸がんは年間罹患数が男女あわせて第1位となっています。

【主な症状と注意点】

初期段階では自覚症状がほとんどなく進行すると以下のような変化が現れます。

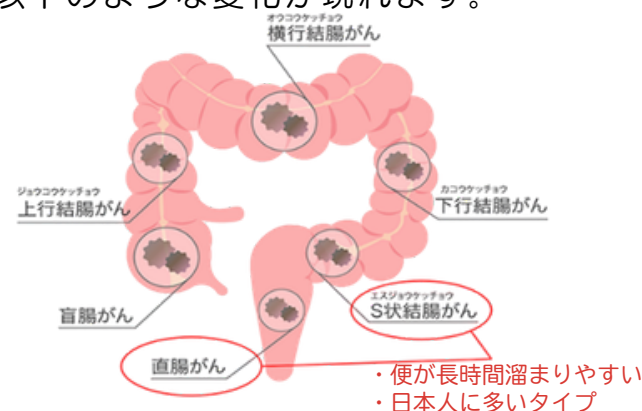
- 血便・下血
- ※痔だと思って放置されやすいため注意が必要
- 便秘の異常
- 急に便秘と下痢を繰り返すようになる
- 便が細くなる
- がんによって腸の通り道が狭くなるため。
- 残便感や腹痛
- 排便後もすっきりしない、お腹がはる。
- 貧血・体重減少
- 気づかないうちに微少な出血が続いている。

※あくまでも参考です。早めにご受診してください。

【早期発見と予防のポイント】

- 年に1回は「便潜血検査」を受診
- ポリープ切除による予防
 - ・大腸がんの多くは良性のポリープが大きくなってがん化します。
 - ・ポリープの段階で切除しておけば、がんの発症を未然に防ぐ事が出来ます
- 生活習慣の改善 年に1回の健康診断を

できるだけ受けましょう



亀龍会空手道部ニュース

亀龍会空手道部 主将 市本 寛



9月の試合結果報告させていただきます。

【第6回全日本実業団空手道選手権大会】

- ・個人組手 準優勝 山内健太郎
- ・個人形 第3位 舟田 葵
- ・団体組手 第5位
 - 市本寛、宮本尚、谷口暁理、山内健太郎、高井諒介、金本大奨、矢吹行生
- ・個人形 第2ラウンド 木村和生 赤木圭一郎
 - 第1ラウンド 米山悠介
- ・個人組手 3回戦 矢吹生行

【わかしお大会】

○形競技

- ・小学生 低学年形 第5位 岡田 輝士
- ・小学生 中学年形 第5位 米澤 花
- ・小学生 高学年形 第5位 鷲野 叶空

○組手競技

- ・小学生 中学年組手 第5位 渡邊 騰心
- ・小学生 高学年組手 第5位 渡邊 魁心、大森 湊斗
- ・中学生 女子組手 第3位 渡邊 心絆
- ・中学生 男子組手 第3位 藤村 翔輝

○団体競技

- ・小・中学生団体組手 優勝 亀龍園

岡田輝士、渡邊騰心、大森湊斗、渡邊魁心、藤村翔輝

当日会場まで応援に駆けつけて下さった皆様、ありがとうございました。目標の日本一には届きませんでしたが、また来年達成できるよう日々精進して参ります。引き続き応援の程よろしくお願いいたします。

オーシャンビュー驚羽・デイサービス驚羽

敬老祝賀会

9月21日に敬老会が開催されました。長寿の方が1名、米寿の方が2名、喜寿の方が3名、多くの来賓の方や職員に見守られ、盛大な式典となりました。ご利用者の皆様とこうしてご長寿をお祝いできることを、我々職員も心より喜ばしく思っております。



誕生日会

今月のお誕生日会にはフラ・ハー・ラウ・オ・マーラブ様が来て下さいました！
ハワイアンな音楽に乗って優雅なダンスを披露して下さい、まるで常夏のハワイにいるような心豊かなひと時となりました。



カラオケクラブ

毎週恒例で開催しておりますカラオケ倶楽部。回を経るごとに参加されるご利用者様も増えていき、毎度大盛り上がりとなっております。

トランプ大会

トランプ大会を開催しました！
記憶力と運を頼りに皆様白熱した勝負を繰り広げていました。

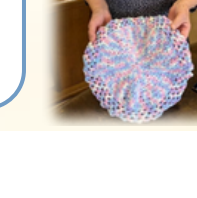


デイサービス倉敷



敬老祝賀式典&誕生日会

今年デイサービス倉敷で節目の方は、百寿1名、白寿1名、米寿5名おられます。皆様年齢を感じさせないお元気な方です。利用者様皆様と今後も毎年一緒にお祝いしたいと思います。誕生日会は、アンクルンの会様にお越し頂きインドネシアの民族楽器の演奏を聞き、楽器を手に取り一緒に演奏し会場が一体感に包まれました。



抹茶クラブ

月に一度、抹茶クラブを行います。甘いお饅頭と苦い抹茶で、ホッと一息、みなさん自然に笑顔になります。

手工芸クラブ

木目込みや編み物等、励まし合いながら和気あいあい制作に励んでいます。完成後お互いに見せ合います。一生懸命取り組む姿を尊敬します。これからも素晴らしい作品を楽しみにしています。

特別養護老人ホームくらしき里桜

敬老祝賀会

日頃の感謝と長寿のお祝いの気持ちを込めて敬老祝賀式典を開催しました。今年は、長寿1名、白寿1名、米寿1名、喜寿2名、の5名のご利用者様が節目を迎えられました。ご利用者様の皆さまのこれまでの歩みに敬意を表し、長寿のお祝いをさせていただき、式典では温かいお祝いの言葉や笑顔があふれ、和やかな時間となりました。



誕生日会

9月のお誕生日会では、愛植音さんにお越しいただきました。昭和歌謡を中心に、皆様に聞き馴染みのある曲をたくさん披露してくださり、会場は懐かしい歌声と笑顔に包まれました。手拍子をされたり、一緒に口ずさんだり、楽しいひと時を過ごしていただく事ができました。愛植音の皆さま、素敵な演奏をありがとうございました。



グループホーム亀山・デイサービス亀山

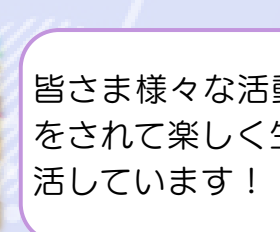


お月見会

今月はお月見会を行いました。お月見の由来やクイズ・楽しいゲームでとても盛り上がった会になりました。でも、お団子は紙より本物が食べたいですね♪

誕生日会&敬老祝賀会

今年も敬老祝賀式典を開催させていただきました。毎年この日を皆さまとお祝いできる事を大変嬉しく思います。亀山では米寿の方3名がめでたく節目を迎えられました。本当におめでとうございます。演芸では亀龍会空手道部の舟田選手、米山選手に形の披露をして頂きました。また、尺八奏者の牧野先生も来ていただき、素敵な音色を響かせてくださりました♪皆さまにお祝いしていただき、心温まる会となりました。



皆さま様々な活動をされて楽しく生活しています！

オーシャンビュー倉敷

敬老祝賀式



敬老祝賀式典

9月22日に大勢の来賓の方と節目のご入居者様のご家族様をお迎えし、敬老祝賀式典と誕生日会を盛大に開催しました。長寿の方が4名、白寿の方が4名、米寿の方が4名、喜寿1名総勢合わせて13名の方々が節目を迎えられました。和泉代表、ご来賓の方々からお祝いのお言葉を頂き、節目の方々、ご家族様もとても感動されていた様子でした。



誕生日会

式典に続き、誕生日会では演芸に sawara:B:blue様にお越し頂き、素晴らしい演奏を披露して頂きました。どの曲も素晴らしく、利用者様も手拍子をしながら一緒に歌われていました。sawara:B:blue様、ありがとうございました！

喫茶タイム

絶好のロケーションを望みながらの喫茶タイム。お月見に合わせて、月見団子とウサギのりんごでコーヒーを頂きながら、楽しいおしゃべりです。



グループホーム倉敷

敬老祝賀式典

敬老祝賀式典を開催しました。式典の後、メッセージカードをお渡しして紅白饅頭をいただき、お祝いしました。



ミニ祭り

グループホーム倉敷でミニ祭りを行いました。射的や魚釣りゲームなどを楽しみ、焼き立てのたこ焼きを皆さん美味しいとおかわりをされ喜んでいただきました。

誕生日会

9月のお誕生日会を行いました。お二人とも可愛らしいですね。手作りケーキと手作りくす玉でお祝いしました。

