

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

# わかば倶楽部

May  
2015

Vo.50  
5月号

編集・発行／医療法人わかば会  
〒857-0016 佐世保市俵町 22-1  
Tel 0956-22-6548 Fax 0956-24-7270  
<http://www.wakabakai.or.jp>

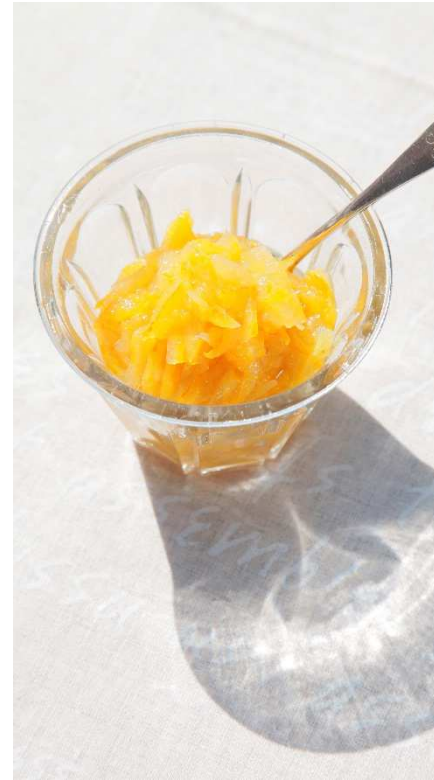
- ✓ 病院7階・わかばテラスに **日本庭園完成**
- ✓ **トウモロコシの観察研究**
- ✓ **里山療法クラブ活動写真**
- ✓ **春の行楽・5月の植え付け・スイートピー**



わかばテラス 日本庭園

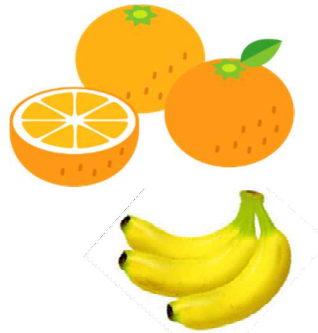
●5月の第2週目の日曜日は「母の日」、家族のために尽くしてくれる「お母さん」をねぎらい、感謝の気持ちを表す日です。1907年、アメリカに住んでいた女性、アンナ・ジャービスが、自分を懸命に育ててくれた母の死を悼み、母親が好きだった白いカーネーションを教会に飾ったのが発端とされています。母の日には、母親が元気な場合は赤いカーネーションを、亡くなっている場合は白いカーネーションを胸に飾るようになり、やがてプレゼントとしてカーネーションを贈る風習へとつながっていったそうです。

🌿 **里山レシピのご紹介**  
**甘夏とバナナの**  
**コンフィチュール**  
**大きじ1杯 45Kcal**



**材料 350ccの瓶1個分**

- 甘夏みかん・・・・・・・・・・1個
- バナナ・・・・・・・・・・大1本
- 水・・・・・・・・・・1カップ
- 砂糖・・・・・・・・・・90g
- はちみつ・・・・・・・・・・90g
- バニラエッセンス・・・・・・・・2滴



- ① 甘夏の皮の洗み抜きをする。甘夏の皮をむいて薄くスライスし、果肉は薄皮を取っておく。
- ② 鍋にたっぷりの湯を沸かし、①の皮を入れて5分間茹で、湯を切ったら水にさらして半日置き、かたく絞る。
- ③ コンフィチュールを作る。バナナは1cm角に切る、
- ④ ステンレスまたはホーローの鍋に、①の甘夏の果肉をほぐして入れ、②とAを加えて中火にかける。10分ほど経ったら、バナナを加える。
- ⑤ バナナがとろりになったら火を止め、バニラエッセンスを加えてよく混ぜ、熱いうちに清潔な瓶に入れてフタをする。

**ワンポイントアドバイス**

- ◎ 空き瓶は、使用前に煮沸消毒をしておきましょう。
- ◎ 瓶にうつしたジャムやコンフィチュールは未開封であれば冷蔵庫で1ヶ月保存できます。
- ◎ 甘夏とバナナのコンフィチュールは、バナナは皮に斑点が出るくらい熟したものが、栄養価も高いうえ、おいしくできあがります。

**医療法人わかば会**

- **俵町浜野病院 (Tel 0956-22-6548)**  
 【医療】内科・外科・循環器科・呼吸器科・消化器科・整形外科  
 肛門科・リハビリテーション科  
 病室（一般病棟26床・療養病棟38床）  
 【介護】居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション  
 デイケアセンター・グループホーム・訪問看護ステーション
- **有料老人ホームわかばテラス (Tel 0956-76-8780)**  
 【介護】デイサービス風祭り・デイサービス里山療法クラブ
- **サービス付高齢者向け住宅わかばレジデンス (Tel 0956-22-6544)**
- **小規模多機能ホームわかばハウス (Tel 0956-22-6535)**  
 【介護】小規模多機能ホームわかばハウス

**わかば会の理念**

wakaba-gokoro  
わかばこころ



和をもって、一人ひとりの施設づくり



環になって、患者さまとの健康づくり



話によって、みんなで育む関係づくり



里山療法 **デイサービス里山療法クラブ活動写真** 里山療法

わかばテラスデイサービス里山療法クラブでは、季節の料理（おやつ）作りに力を入れています。今回は4月に作った料理（おやつ）の写真をご紹介します。



さくらのよもぎアンパン



オレンジ紅茶タルト



さくらのクグロフケーキ

**お出かけシーズン到来！春の行楽イベントの一コマ。**



わかばレジデンス お花見



里山療法クラブ 藤山神社見学



わかばテラス サンドイッチランチ

**スイートピー**

わかばテラスオルソプガーデンでは、毎年恒例のスイートピーが今月下旬頃きれいな花を咲かせる予定です。



**5月の作物植え付け予定表**

作物名	作業	収穫時期
もち米	苗作り	9月上旬
すいか	植え付け	8月下旬
ピーマン	植え付け	8月上旬～
きゅうり	植え付け	7月下旬～
ヤーコン	植え付け	11月下旬
とうもろこし	種蒔き	8月上旬
トマト	植え付け	8月上旬～
ナス	植え付け	8月中旬～

**里山療法 SATOYAMA RYOHOU**

入居者様や利用者様と一緒に、今年もたくさんの作物を植え育て、収穫し、みんなと一緒に笑顔で食べられるように、頑張ってお世話していきたいと思っております。5月に植え付ける作物をまとめてみました。

**浜野病院7階・わかばテラスに日本庭園完成**



俵町浜野病院7階 日本庭園



灯籠・ししおどし・つくばい

日本庭園、特に禅寺の庭園は沈黙考のための鑑賞する空間として造られてきました。鑑賞目的だけにデザインされることは日本庭園の特徴ですが、鑑賞によってどれだけの鎮静効果・自律神経安定効果が得られるかを、医学的・心理的に解析するために、日本庭園鑑賞研究を、浜野病院及びわかばテラスで平成27年3月より開始しました。今回この研究を監修する長崎大学環境科学部五島聖子教授は、平成26年に長崎大学に就任されました。それまではハーバード大学で学位を授与された後、アメリカニュージャージー州立ラトガーズ大学において8年間、庭園鑑賞の治癒効果に関する研究に取り組み、アメリカにおいて多くの論文を発表してきました。中でも2009年から2013年にかけて実施した認知症病棟患者を対象とした和風庭園鑑賞治癒効果に関する研究結果は、ナショナル・ジオグラフィックのニュースウォッチでも世界的に報道されるなど、高い評価を得ています。これを踏まえて、今回の研究は当法人のグループホーム、わかばレジ

**トウモロコシの観察研究**

医療法人わかば会が取り組む里山療法。その中でも特に力を入れているトウモロコシの観察研究を、今年も5月より各施設で開始いたします。収穫までしっかりと成長を観察・記録し、そしておいしいトウモロコシをみんなで食べたいと思います。



ダンス、わかばハウス、わかばテラスの入居者に、里山療法 認知症非薬物療法（の一環としてご協力いただき、日本庭園鑑賞前と鑑賞後のデータを基に、日本人認知症高齢者への日本庭園における美的要素の有効性について解析することを目的としています。4月上旬より着工した造園工事も無事に終了し、病院、わかばテラスとも素晴らしい日本庭園が完成しました。今後この庭が、患者様や入居者様の癒しの空間となることを願っています。



研究の全体ミーティング