

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

# わかば倶楽部

- ✓ 藤間藤太郎先生来る (日本舞踊家)
- ✓ 11月の里山活動報告
- ✓ わかばテラスに仏像画が寄贈されました
- ✓ 餅つき&クリスマスウィーク

December 2013 Vo.33 12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>



藤間藤太郎先生への花束贈呈

●12月にはいり今年も残すところわずか、一年を締めくくり年越しの準備を始める時期になりました。年越しといえば「そば」、日本では大晦日に縁起ものの「年越しそば」を食べて新しい年を迎える習慣があります。細くて長い形状にあやかり長寿と幸福を願う、また、そばの実には邪気を払う三角形なので旧年の災厄を切る、などから、そばが縁起ものとされたそうです。皆様方におかれましても、年末ご多忙の折ではございますが、お身体にはお気をつけて、今年もおいしい「年越しそば」を食べていただき、穏やかな新年を迎えられますようお祈り申し上げます。

## 里山レシピのご紹介 プチトマトとフルーツの カナッペ2種 1枚≒40Kcal



急なお客様のときにさっとお出しできるカナッペは、簡単な材料で作れる手軽なおやつ。  
プチトマトにキウイやパイナップルを加え、爽やかな口あたりに仕上げました。低カロリー甘味料や、植物性の生クリームを使うので、カロリーは控えめ。トマトの赤い色素リコピン、β-カロテンには強い抗酸化作用があり、ガンや動脈硬化を予防する働きがあります。それにキウイならビタミンC・ビタミンEが加わり、パイナップルなら消化を助ける働きがあるブロメリンが加わります。食材の色が多ければ多いほど栄養素を複合的にとれるので、ほかの果物でバリエーションを増やしてもよいでしょう。クリスマスパーティーにいかがですか？

### 材料 約6人分 (500ccの流し缶1個分)

- 植物性生クリーム . . . . . 80cc
- 低カロリー甘味料 (シロップ) . . . . . 大さじ3
- サワークリーム . . . . . 大さじ4
- プチトマト . . . . . 8~10個
- キウイ . . . . . 1個
- パイナップル . . . . . 1/8切れ
- フランスパン (直径5cmくらいのもの) . . . . . 暑さ1cm×24枚分

### 作り方

- ①ボウルに生クリームと低カロリー甘味料を入れ、ボウルの底を氷にあてて八分だて (泡立て器ですくったとき、ぽったりと落ちる程度) に泡立て、サワークリームを加えてよく混ぜる。
- ②プチトマトは皮むきして5mm角に切って種を取り除き、①に加え混ぜ、それを2つのボウルに半々に分ける。
- ③キウイは皮をむいて5mm角に切り、パイナップルも5mm角に切って、②のボウル2つにそれぞれ入れて混ぜ、冷蔵庫で1時間ほど冷やす。
- ④厚さ1cmに切ったフランスパンはトースターでこんがり焼き、粗熱を取る。
- ⑤④のパンにそれぞれのクリームをのせ、器に並べる。

### 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)  
【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  
わかばごころ

和

和をもって、一人ひとりの施設づくり

環

環になって、患者さまとの健康づくり

話

話によって、みんなで育む関係づくり

# 里山療法

- ・わかばテラス
- ・芋掘り（紅あずま・安納芋）
- ・入居者・デイサービス利用者



- ・わかばハウス 3階
- ・干し柿作り
- ・小規模多機能利用者

## 11月の里山活動

- ・俵町浜野病院 6階屋上菜園
- ・玉葱の苗植え
- ・デイケア利用者



## Wakaba Terrace

12月11日（水）に、わかばテラスで収穫されたもち米を使い、毎年恒例の餅つき大会を開催します。また、12月19日～1週間をクリスマスウィークとして、コンサートやクッキー作りなどの催しを予定しています。みなさん是非遊びに来て下さい。

## 餅つき&クリスマスウィーク



**スイートピーの苗植え**  
わかばテラスオルソープガーデンに  
12月初旬 植付け予定

**インフルエンザの  
予防接種を受けましょう**



## 画像贈 寄



BS日テレで今年9月に全国放送された「長崎スイートピー物語」をご覧になった、長崎県出身で三重県在住の画像画家、小田朝繁さんのご厚意で、わかばテラスに画像画を寄贈していただきました。これまでに全国の様々な施設約60ヶ所に寄贈されているそうです。11月の運営懇談会で皆様に紹介させていただきました。



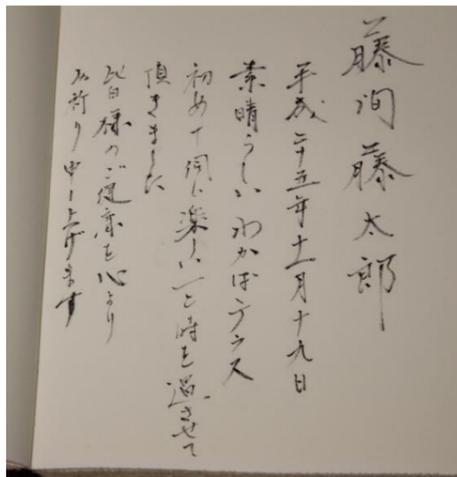
**グループホーム  
クリスマス会**  
12月15日（日）に、俵町浜野病院5階グループホームでクリスマス会を開催します。当日は入所者の御親戚の音楽ユニット「ゆう佳」に来ていただき、クリスマスコンサートを予定しています。

# ふじまとうたろう 日本舞踊家・藤間流 藤間藤太郎先生来る!



(藤太郎先生を出迎える浜野敦子施設長と藤間貴久弥さん)

平成25年11月19日、日本舞踊家の藤間藤太郎先生が、わかばテラス入居者の女性を訪ね、ご来訪されました。藤太郎先生は、父、常磐津幹五郎さん、母、藤間麗樹（初代藤間勘太郎）さんという家庭に育ち、幼いころから日本舞踊の手ほどきを受け、四歳で初舞台を踏み、二十歳で二代目藤太郎を襲名されました。女の情念・怨念（おんねん）を秘めた「女踊り」に定評があり、平成20年には、日本芸術院賞を受賞されたとても有名な日本舞踊家です。近年は日本舞踊協会の幹部として流派間の交流や若手育成にご尽力されています。以前、舞台を共にされた入居者の藤間貴久弥さんにお会いするためです。



(藤太郎先生からのメッセージ)

約10年ぶりに再会されたお二人、思い出話に花が咲き、とても有意義で貴重な時間を過ごされました。また、他の入居者や通所利用の方々も、突然の有名な名人の訪問に驚きながらも、藤太郎先生の品に満ちたお姿やお話に見とれておられました。

11月20日、21日は、文化庁主催「次代を担う子ども文化芸術体験事業」の一環で、佐世保の祇園小学校・祇園中学校を巡回公演されました。



(施設長・藤太郎先生・貴久弥さん・理事長)