

横浜市総合保健医療センター

しらさぎ通信

理念:「個の尊重」「安心と信頼」を大切に、
質の高いサービス提供を目指します。

第 221 号

■発行日:令和 6 年 5 月

■発行:指定管理者

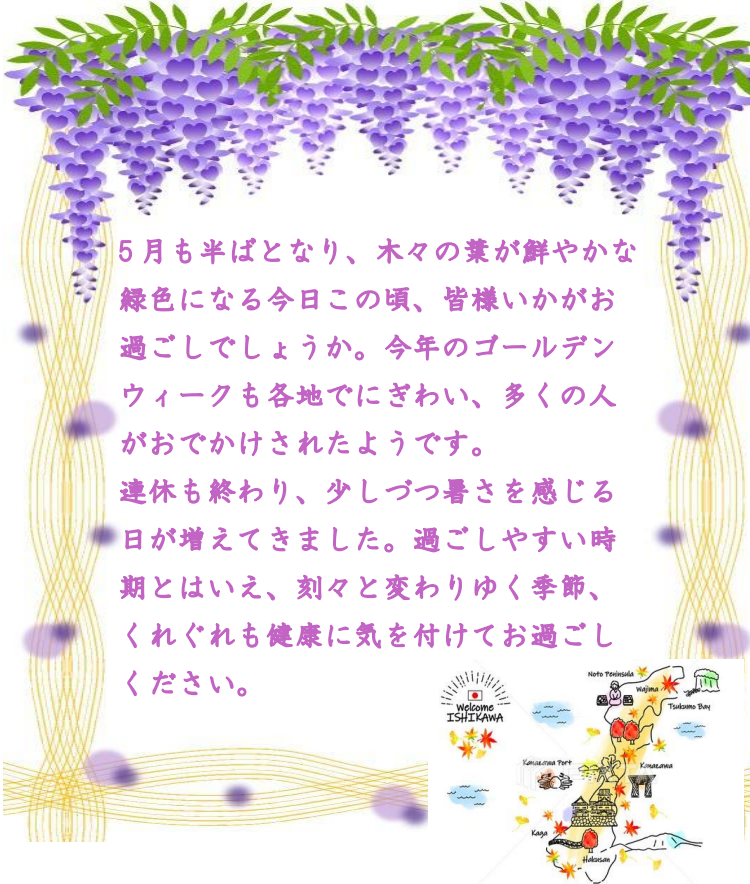
公益財団法人横浜市総合保健医療財団

■発行責任者:総合相談室長 飯塚英里

〒222-0035

横浜市港北区鳥山町1735番地

☎045(475)0103 Fax:045(475)0101



5月も半ばとなり、木々の葉が鮮やかな
緑色になる今日この頃、皆様いかがお
過ごしでしょうか。今年のゴールデン
ウィークも各地でにぎわい、多くの人が
おでかけされたようです。
連休も終わり、少しずつ暑さを感じる
日が増えてきました。過ごしやすい時期
とはいえ、刻々と変わりゆく季節、
くれぐれも健康に気を付けてお過ごし
ください。



6月の行事食のご案内

6/11(火) 昼食 郷土食 石川県

治部煮(じぶに)

石川県を代表とする煮物。鴨肉やすだれ麩、季節
の野菜などを煮て食す(わさびを添える場合も)。
鴨肉には小麦粉がまぶされているため、とろみがある
のが特徴。少なくとも江戸時代から食べられていた
とされる武家料理。発祥は諸説ある。キリシタン大名
の高山右近が宣教師から教わり加賀藩に伝えたという
説や豊臣秀吉の兵糧奉行として従事した岡部自部右衛門
が朝鮮から伝えたという説、漂流したロシア人が伝えた
という説などさまざま。また、名前の由来についても定説
がない。岡部治部右衛門の「治部」や「じぶじぶ煮る」の
擬声語に由来しているなど、様々な説がある。

2024 年 5 月 5 日 端午の節句のご様子



筍ご飯/ごま酢和え
天ぷら盛り合わせ など



美味しく頂きました♪



お楽しみ風呂

5月2日・3日は
しょうぶ湯です
ごゆっくり
お楽しみ下さい

湯につかりました



～5月～ 趣味活動報告



4月から5月の趣味活動では端午の節句「鯉のぼり」制作を行いました。

鯉は逆境や苦難を乗り越えて、立身出世する縁起物として扱われています。男の子の健やかな成長を願い、大空に元気に泳ぐ鯉のぼりを皆さんと協力して完成させました。



そして…現在（5月～6月）制作中の作品は「あじさい」です。

ステンシルで雨に濡れる、色とりどりの花を作っています。ステンシルをする作業を通して、手指の巧緻性の維持・向上を図り、花の配色や配置を考えることで脳の活性化を図ります。

色の出し方の工夫や作業の順序など、声を掛け合いながらとても集中して取り組まれています。



ステンシルで
ボン♪ボン♪ボン♪



淡い色から
やるのが
いいみたい！

…集中…



色の濃淡を出す
すのにはコツが
いるわね



ケロッ
ケロッ



けっこう力加減が
難しいわよ～



青葉の美しい季節になりました。今月は「新茶を楽しむ会」が催されます。新茶には「健康長寿」などの言い伝えがあるそうです。暑い日も増え、この時期は、身体が暑さに慣れず体調を崩しやすくなります。衣類の調節等もしながら、新茶をいただき健康でお過ごしいただきたいと思います。

記：看護部長

