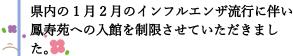


# 鳳寿苑だより

2019年 3月号



〉ご家族の皆様にはご不便をおかけしたことと 思いますが、ご理解ご協力に感謝いたします。 〉現在苑に羅漢者はおられません。

手指の消毒、マスクの着用にもご協力をいただ きありがとうございました。 施設長

## 1月24日(木)初釜会が開かれました。





今年は 万利休さまと 理事長がたてさせて いただきました

BGM は苑の職員 久保さんと森さんによる 文化琴の演奏です お見事でした 優雅な気分満点です







次々とたてていき

施設長にも召し上がっていただきました



美味しい和菓子とお抹茶をいただきゆったりとした気分になれました

#### お茶のおはなし ③





#### 抹茶とは?

碾茶(てんちゃ)を粉末にしたものが抹茶です。 碾茶は、よしず棚などを使い茶畑を覆って、強い 日差しが当たらないようにして育てた茶葉を蒸し て乾燥させ、余分なものを取り除いて作られたお 茶です。日が当たって育った通常の茶葉よりも、 旨みの多い柔らかな新芽へ成長するそうで、そう やって育てた碾茶を、石臼などで挽いて粉末状に したものを抹茶といいます。手間ひまが掛かって いるぶん、普通の茶葉よりも高価なものになるん ですね。 旨みや甘みのもととなる成分のテアニンは(リラックス効果、睡眠改善効果、ストレスに効果、集中力が上昇する効果、更年期障害に効果があるなど)様々な効果が確認されています。

#### ・粉末緑茶とは?

煎茶を粉末にしたのが粉末緑茶です。

煎茶は太陽の日差しをいっぱいに浴びて、伸び伸びと育てた茶葉を、蒸して揉んで乾燥させて、余分なものを取り除いて作られます。

煎茶には緑茶成分の代表であるカテキンが、碾茶 よりもたくさん含まれています。体にいい緑茶成 分を、まるごと 100%体に摂り入れることができ、 お湯やお水と混ぜるだけで簡単に作れる、急須も 必要なく茶殻も出ないことから人気があるよう です。

お茶の効果/効能についてはまたいずれ…

## 2月1日(金) ホームの誕生会 豆まきが行われました



まずは4人のかたの誕生会からスタート





鬼の登場! 怖い…ですか?

〈金棒〉を振り上げています!





鬼と苑の皆さんとの攻防は まだまだ続きます











とうとう鬼は 降参です!





### 節分の豆知識



#### ・節分に豆まきで鬼退治する理由は? どうして鬼はあんな格好なの?

中世の陰陽道で年越しにあたる節分の夜は鬼が出現し やすいと考えられていたため、鬼に豆をぶつけて 追い払い、福を呼び込もうというわけです。

「おに」という日本語は「陰(おん)」に由来するとい われ、目に見えない気、主として邪気のことを指しま す。隠れているこわいものとして「隠人(おんにん)」 が変化したという説もあり、形の見えない災害、病、 飢饉など、人間の力を超えた恐ろしい出来事は鬼の仕 業と考えられていました。

また、鬼が住むのは鬼門である丑寅の方角なので、鬼は 牛(丑)の角と虎(寅)の牙を持ち、虎の皮の衣服を付 けているのです。

- 余った節分の豆で! おいしい福茶の作り方 ※余ったお豆はありませんか?
- 〈材料〉(湯呑1杯分)
- ・福豆…3 粒(豆まきの豆。香ばしく炒ったほうが 美味しくなります)
- ・塩昆布、または昆布の佃煮…適量
- ・梅干し…1粒(種をとっておきます)
- ・熱湯…180 cc (お好みで緑茶でも OK) 〈作り方〉

材料を全部入れ、熱湯を注げば出来上がり! 簡単ですね~。昆布と梅干が良い出し汁となり、福豆が ふやけてきた頃が飲み頃です。梅干をつぶしてお召し あがりください。

福茶の起源には諸説ありますが、京都・六波羅密寺で 正月三が日に授与される「皇福茶」(小梅と結昆布が 入っています)が有名です。福豆が3粒なのは縁起の いい吉数だから。「まめまめしく働ける」という意味も あります。また、昆布は「よろこぶ」「養老昆布」「子生」 梅はおめでたい松竹梅に通じます。美味しくてたいへん 縁起のいい福茶を飲んで、無病息災!

元気にお過ごしくださいね。



#### 社会福祉法人 慈恵会

特別養護老人ホーム 鳳寿苑

佐賀県小城市三日月町甲柳原 68-1

**☎**0952-72-8011 FAX:0952-72-8010

特別養護老人ホーム 短期入所生活介護 訪問介護 通所介護(デイサービス) 障がい福祉サービス ケアハウス 居宅介護支援 生きがいデイサービス (きらら)





#### デイサービスの 皆様の力作が 月間「デイ」に 掲載されました。

評:華やかに堂々と彩る美しい 花です。全体がハートの形に 見えるのも愛情を込めて作ら れているのが感じられて すてきですね おめでとうございます。 励みになりますね。 次の作品も期待しています。

## 鳳寿苑のひな祭り







お雛様を見ると「春が来た!」 という感じで ワクワクしますね。





## (?) • (2) • (2) • (2) • (2) • (2) • (2) • (2) • (2) • (2) • (2) 鳳寿苑のケアハウスに

幸福の木の花が咲きました!



エントランスに来て20数年 初めて花が咲いたそうです 残念ながら気づいた時には 盛りを過ぎていました



満開のときの様子。 強い香りが漂い、甘い 密が付くようです 10 数年に一度開花する とも言われるようですが 近いうちまたお目にかかり たいですね。

#### 幸福の木 ドラセナ・フラグランス

ハワイで「家の前にドラセナを置くと良いことがある」と いう言い伝えがあることから「幸福の木」と呼ばれています。 いくつか種類があり、最もメジャーなのは葉っぱにストライプ模様が入っている「ドラセナ・マッサンゲアナ」という種類です。「ハワイアン・ティー」とも呼ばれるそうです。 原産は熱帯アフリカとのことです

### 冬に苑の周りで見かけた鳥たち



畑の中にじっと こんなに たくさん 佇んでいる姿は 見られた時も 哲学者のよう?

ダイサギ 夏と冬では くちばし・羽が 変わります

スズメ 冬のスズメは ぶっくり、 ふくら雀