

あうんだより

デイサービスセンターあうん広報 / 令和6年6月

相談員 杉澤 琴美

カッコウが鳴いているのになかなか暖かくならなかった今年の春。6月に入ってやっと気温が安定してきましたね。今号では、短い春を慈しむ5月の活動をご紹介します。

菖蒲湯とちまき



5月5日は端午の節句。翌日6日のあうんのお風呂は、菖蒲湯でした。端午の節句＝菖蒲湯というのは聞いたことがあるけれど、5月上旬は名寄ではまだ菖蒲は芽を出したばかり。聞いてはいるけどやったことがない、というのが実情だと思います。

お店で買った菖蒲の葉。1束はお風呂に浮かべ、1束はエキスがよく出るように刻んで水切り袋に入れて沈めます。良い香りがするはずなのですが、近くで嗅いでも…香りがあるような、無いような???

お風呂に入っていたいただいた方たちには、葉をハチマキのように頭に巻いて健康祈願していただきました。皆さんとっても良い笑顔をして下さいました。お見せできないのが残念！

菖蒲は「勝負」につながり、江戸時代の跡取り息子の成長を願う行事でした。時代は移り変わり、現代は「子どもの日」となって男女の差もなく子どもの健やかな成長を願う行事となりました。あうんに至っては、三つ編みにした葉っぱを頭に巻いた利用者さんの姿が古代ギリシャを彷彿させています。国の年中行事も時代によって姿を変えていきますが、あうんでは、季節ごとの伝統を大切にしていきたいと考えています。

さて、この日の昼食は子どもの日にちなんで、中華ちまき風おにぎりを中心としたメニューをご用意しました。中華ちまきの手作りはひどく手間がかかって難しいため、おにぎりでも気分だけでも味わっていただきます。合わせたのは、ぐんぐん伸びる様子が成長を感じさせてくれる筍の煮物。汁物は、スタッフの地元・道南の郷土料理「八杯汁」。お祝い事に出される汁物です。



中華ちまき風おにぎり
八杯汁
筍の煮物
いんげんのピーナッツ和え



お花見に行きました



名寄にも桜前線が到達！！5月1日と2日、桜見物ツアーに出かけてきました。

名寄公園や労働基準監督署など、市内各所の桜の木を求めてドライブします。これまで全く知らなかった穴場は、名寄川の河川敷！！こんな見事な並木があるのに、市内の人たちにはあまり知られていないのは驚きでした。

ドライブの最後は浅江島公園を散歩しました。満開の桜の大木を眺めながらゆっくりと歩きます。途中で自転車の練習中の少年たちや人懐こいワンちゃんとの出逢いもあり、心まで晴れやかになるひとときとなりました。

あうん畑が始動しています!!



今年も畑の作業が始まりました。今年が目玉は、畑の1/3を占める大豆です。うまく大きくたくさん収穫して、あうん産100%の手作り味噌を仕込んでみたい！と夢が膨らんでいます。昨年まで畑の主役だった夕顔は、支柱を立てるのが難しくなったため断念し、代わりに葉の形が美しく可愛い黄色い花が咲くゴーヤを採用しました。毎日ゴーヤチャンプルーをお出しして、皆さんを健康にしちゃいたいと思います☆

こぼれ話

より多くの方にあうんのことを知っていただきたい…！という思いから、あうんインスタグラムを始めました。行事のこと、日々の活動のこと、些細なことから大ニュースまで写真や動画とともに新鮮な情報を投稿していきたいと張り切っております。今号の『菖蒲湯』『お花見散歩』も載っています。ぜひフォローお願いいたします！！

インスタグラムを起動して、「デイサービスセンターあうん」を検索してください。

右のQRコードからも検索できます！！⇒



DAY.CARE.AUN