

グッドライフ

キューデン・グッドライフが
お届けするアクティブ
シニアのための情報誌

2024.winter
Vol.27

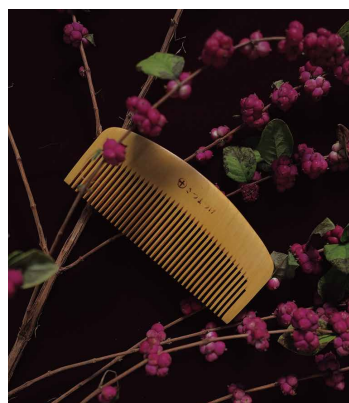


写真: グランガーデン福岡浄水



特集

わざわざ
お出かけしたい!
魅力あふれる道の駅



グッドライフ

キューデン・グッドライフがお届けする
アクティブシニアのための情報誌

2024.winter
Vol.27

ごあいさつ 1

わざわざお出かけしたい! 魅力あふれる道の駅 2

あなたのお口は元気!?パタカでチェックしてみませんか ... 5

わがとこ自慢 inグランガーデン福岡浄水 7

施設だより
 グランガーデン福岡浄水 / 九電ケアタウン
 グランガーデン熊本 / グランガーデン鹿児島 9

魅力再発見わが町の伝統文化 薩摩つげ櫛 13

銘菓を辿れば歴史に出会う 風雅巻き 14



継続は力なり

代表取締役社長に就任して、はや半年余りが経ちました。グッドライフに来るまでも「健康」に関しては、ある程度は人並みに注意して来たつもりでいたのですが、この職場がそうさせるのでしようか、これまで以上に考えるようになったような気がします。

その一つが、福岡浄水のご入居者の皆さんと共に参加させて頂いている朝のラジオ体操です。ビデオ出演者のきびきびした動きを見て、中学3年の時に運動会で全校生徒を前に朝礼台上でラジオ体操第一を演じたことを思い出しました。生徒会の保健体育委員長でしたので指名されたのだと思いますが、生徒たちの手本となるため、左右逆に演じなければならぬ事に苦勞したことを思い出しました。

そういう経験もあり、今でも体操するときはメリハリを利かして体を動かすよう努めています。

朝の体操など毎日続けることは、運動不足解消や体調の維持など健康増進の面で多くのメリットがあると思います。

さて、皆さんは自分独自の健康法をお持ちでしょうか。私は腰痛持ちということもあり、十数年前から起床時のストレッチを欠かさず行っています。腰回り中心の簡単なものですが、今ではこれがないと一日が始まらないという感覚となっています。

また、コロナ禍前はよくカラオケに

行っていました。加齢とともに唾液でむせることが多くなっていた時に、喉の筋肉を鍛えるのにカラオケがよい、特に高い声を出す歌(クリスタルキングの大会がいいそうです)がよいというのを知り、一人では寂しいので同僚たちを連れ、二組に分かれて対抗戦を行い楽しみながら喉を鍛えていました。

また、コロナ禍中はカラオケに行く代わりに、専ら運転中に声を張り上げていました。大きな声を出すことで気持ちにも張り生まれ、口腔内もスッキリとした感覚となります。みなさまもご自宅などで他の方の迷惑にならない範囲でお試しいただければと思います。

上記に関連致しますが、今号の「いきいきヘルシーライフ」では「毎日パタカラ」を紹介させて頂いています。スマホで簡単に口口の健康度が判定できるようですので、こちらについてもぜひお試しください。だき、いつまでも若々しい口元を保ちましょう。

皆さんもお一人お一人、様々な「健康法」をお持ちのことと思います。「継続は力なり」です。お続けになって元気で健康な毎日をお過ごしください。



(株)キューデン・グッドライフ
代表取締役社長
新開 明彦

わざわざお出かけしたい!

魅力あふれる道の駅

道の駅は、ドライブの途中に立ち寄るところ? いえいえ最近では、休憩場所ではなく、わざわざ足を伸ばしてでも出かけていきたい「目的地」として人気のスポットとなっています。地元で採れる果物や新鮮野菜を狙って出かける人もいれば、ご当地限定グルメを楽しむ人もいます。今回は、施設近郊にある話題の道の駅とその楽しみ方をご紹介します。

そもそも道の駅とはどんなところ?

道の駅とは、「地域と一緒に作り上げる個性あふれる賑わいの場所」というコンセプトのもとに作られています。各自治体と道路の管理者が共同で設置をして、国土交通省の認可によって「道の駅」として登録されます。

道の駅には、24時間無料で利用できる「トイレ」、「駐車場」などの休憩機能、そして観光や道路の情報を提供する「情報提供機能」が備えられています。また、多くの道の駅が、観光レクリエーションなどで地域と連携する交流機能も果たしています。



外観:鹿児島県垂水市「はるみずはまびら」



道の駅 たるみずはまびら

鹿児島県垂水市

錦江湾に面した鹿児島のシンボル桜島と、薩摩富士とも呼ばれる開聞岳がすぐ目の前に広がる道の駅。愛称「たるたるばあく」としても親しまれています。1階には、地域の野菜や特産品を販売するマルシェや海の幸を楽しむレストランなどが出店。2階はオーシャンビューの展望デッキやカフェで、錦江湾を180度満喫できます。

施設情報

鹿児島県垂水市浜平2036番地6
休館日：なし
<https://tarumizuhamabira.jp/>



ピックアップ

道の駅に隣接する「マリパーク たるみず」は、マリンスポーツの拠点。周辺では、カヌーなどのマリンスポーツをしている風景も広がっています。



道の駅 うきは

福岡県うきは市

水と緑とフルーツの里として知られるうきは市の中かでも、筑後平野を一望できる小高い大野原大地の絶好のロケーションにあります。「くど造り民家」をモチーフにしたというユニークな建物が目印。新鮮な野菜に加え、柿や梨、ぶどうにいちご、桃などが大人気。贈答用などに利用されることも多いそう。

施設情報

福岡県うきは市浮羽町山北729-2
休館日：毎月第2火曜日（祝祭日の場合は翌日）、年末年始
<http://www.michinoeki-ukiha.com/>



ピックアップ

すぐ隣には、世界で展開するホテル「フェアフィールド・バイ・マリ オット・福岡うきは」が誕生。泊まりがけてゆっくりお出かけも楽しめます。



熊本県阿蘇郡 南阿蘇道の駅 あそ望の郷くぎの

熊本県阿蘇郡



世界有数の大型カルデラと雄大な外輪山で出来た阿蘇山の南の麓、久木野地区に位置する道の駅。そのロケーションを活かして、阿蘇の大パノラマを一望しながら食事を楽しむことができ、熊本特産の「あか牛」も味わうことができます。約3,000坪の敷地を誇る芝生広場には、ドッグランなどもあり、1日中のんびり過ごせるスポットです。

施設情報

阿蘇郡南阿蘇村大字久石2807番地
休館日：なし
<https://www.aso-kugino.jp/>



ピックアップ

外輪山に降った雨が、数年の時を超え伏流水となって湧き出している「古代の泉」や、その水の流れを利用して、米を搗き・粉を挽く「水車小屋」も併設されています。



福岡県宗像市 道の駅 むなかた

福岡県宗像市

約600名の出品者が毎朝、新鮮な野菜や鮮魚・地元の食材を使った加工品を出品する食材の宝庫。なかでも売り場の3分の1を占めると言われる水産物を目当てに、週末には開店前から行列ができることも。海鮮丼など宗像の漁師料理を味わえる食堂や、「大島あまなつ」や「玄海の塩」味のソフトクリームなど、テイクアウトグルメも充実。

施設情報

福岡県宗像市江口1172番地
休館日：毎月第4月曜日・8月15日～17日・12月31日～1月5日
<https://www.michinoekimunakata.co.jp/>



ピックアップ

ホームページでは、本日の魚の入荷状況なども随時更新中！旬の魚を使った茶漬け祭りイベントなども開催されているので、お出かけ前にぜひチェックを！



毎日パタカラ



ご自宅で「パ・タ・カ」チェック! スマートフォンのアプリを 活用してみませんか?

セルフチェックだけでなく
オーラルフレイル予防のための
お口まわりの筋肉トレーニングもサポート!

iPhoneをご利用の方
Apple Store



Googleのアプリを
ご利用の方
Google play



オーラルフレイルに関する詳しい情報は
サンスターオーラルフレイルケアプロジェクト
<http://jp.sunstar.com/oral-frail/>



オーラルフレイルの予防と改善の対策! お口の筋力トレーニング

開口運動

- 1 お口を最大限に大きく開ける
- 2 10秒間保持する
- 3 10秒間休む
- 4 ②③を繰り返す



顎関節症の人やあごが外れやすい人は避けましょう。

前舌保持嚥下訓練

- 1 舌を少し前に出し、唇を閉じる
(舌を強く咬まないよう注意)
- 2 そのまま、つばをゴックンと
飲み込む



食べ物を食べながら行っては
いけません。上手にできるよう
になったら、舌を更に前に出してみましょう。

監修: 福岡市歯科医師会
092-781-6801/090-9579-5949

福岡市歯科医師会口腔管理推進室では、療養中で歯医者さんに通えない方へ、
症状にあわせた歯科医師の訪問診療をご紹介します。お気軽にお電話ください。



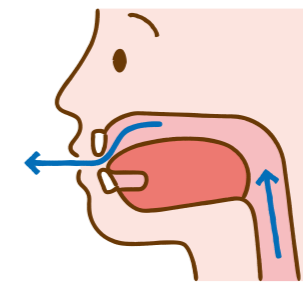
食べることや話すことだけでなく、呼吸をしたり表情をつくったり、口は実はいろんな働きをしています。しかし、加齢によって身体機能が低下すると、口腔機能も少しずつ衰えていきます。このお口の衰えを「オーラルフレイル」といいます。オーラルフレイルは食べ物をこぼしやすくなったり、飲み込むのが上手いかなかったり、言葉が上手く話せないような症状も引き起こしてしまいます。

「オーラルフレイル」の進行を予防するためにも、まずは知っておきたいのが「自分のお口の健康状態」です。簡易的に口口の機能を図る「パタカ測定」をご存知でしょうか? 「パ」「タ」「カ」の音を、一定時間内になるべく早く繰り返して発音することで、舌や唇などの運動の速度や巧みさを測り、今のお口の状況を判断します。測定は歯科医院などで専用の機械を使って行われますが、最近ではスマホなどで使えるアプリで手軽に自宅で測定できる方法もあります。



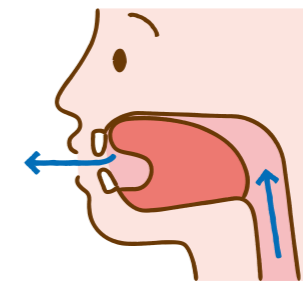
唇をしっかり閉じる力は、
咀嚼や食べ物を口から
こぼさないために重要。

唇をしっかり閉じることで発音される
「パ」の発声により機能を評価します。



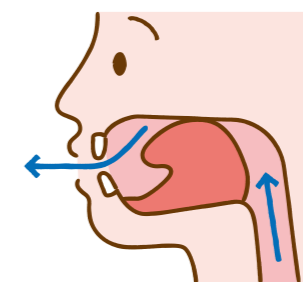
上あごに舌を押し付ける力は、
食べ物をのどにしっかり
送り込むために重要。

舌先を上の前歯の裏につけて発音される
「タ」の発声によりその機能を評価します。



ムセないように食べ物を食道へと
送るためには、喉の奥を
舌の後方で閉じる力も重要。

舌を喉の方に引いて発音される「カ」の発
声によりその機能を評価します。



あなたの口は元気!?
「パ・タ・カ」でチエツクしてみませんか。

わがこゝ自慢

閑静な住宅街として知られる浄水。ゆるやかな坂が続く周辺には、教会やレストラン、洋菓子店などが点在している。お散歩にもぴったりなロケーションです。

2023年3月には、福岡市地下鉄七隈線が延伸して、最寄りの地下鉄薬院駅から博多駅まで乗り継ぎなしで行けるようになり、さらにアクセスも良くなりました。

ピックアップ 1

名物スタッフ
山口千絵子さんは
世界の山に挑戦する
登山愛好家です。



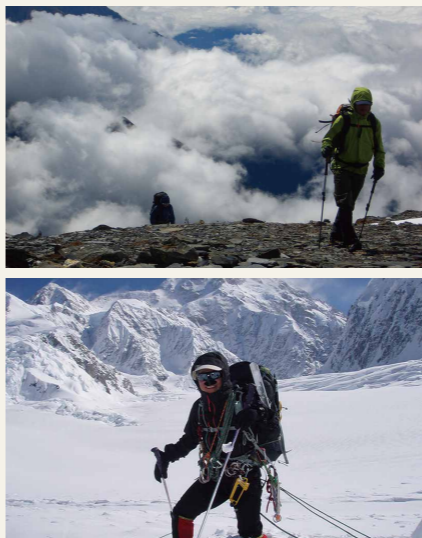
グランガーデン福岡浄水の名物スタッフ山口さんは、介護サービス部に所属し、介護棟にお住まいのみなさまの看護や介護を担当されています。実は、職員としての顔とは別に、海外8000メートル級の山にも挑戦する登山愛好家という一面も持ちます。施設内でのイベントでは、山をテーマに講演を行い大盛況を博しました。

入社のきっかけは？

山口：年に一度、海外の山に登ることをライフワークとしています。そのため、仕事を数ヶ月休まなくてはいけないので、これまでは派遣の看護師をしていました。2015年から2016年にかけてネパールを東西横断するグレート・ヒマラヤトレイルという大掛かりな旅へ出かけたくんです。帰国後、再就職する為にこの会社の採用面接を受けました。その際、ライフワークの登山でお休みすることがある旨をお伝えしたのですが、快く了承してくださった事が入社決め手となりました。

山登りの魅力は？

山口：山登りの魅力にハマったのは39歳のとき。当時勤めていた会社の社員旅行で行った屋久島で、山登りを初体験。それまでは全くアウトドア派ではなく茶道一筋でしたが、茶道はさっぱり辞めて、山にのめり込んでいきました。社会人山岳会に入会して糸島の十坊山から始め、1年後にはネパールのニレカピークという6000メートル級の山にも挑戦しました。最初は雪のない無雪期に登っていましたが、だんだんと雪山にも登るようになりました。



世界の山々に挑戦する山口さん

た。一面白銀の世界となる雪山は、とても清潔でキレイなんですよ。

海外の登山はどのように

山口：荷物運びや案内役をしてくださるシェルパという方々と一緒に登ります。一つの山を登るにしても、6000メートル級や8000メートル級の山へのいきなりの登山は難しいので、山に慣れるための高度順化を何度か行って入山していきます。シェルパを担うネパールのみなさんの人の良さも、これだけ山に惹かれる一因かもしれません。

講演会ではどんなお話をされたのですか？

山口：今までは6000メートル級の山が中心でしたが、今年3ヶ月のお休みを頂いて8000メートル級のマカールという山にチャレンジしてきました。結局、登頂は断念せざるを得なかったのですが、その顛末を中心に山にまつわ

るエピソード他を、お話しさせていただきました。

これから挑戦したいことは？

山口：日本の熊野古道を歩いてみたいです。それから、マカールの山で出会ったエクアドル人が故郷の美しい山としておすすめしてくれたチンボロンという山にも登ってみたいですね。介護を担当させていただいている入居者様の中には、山の挑戦を楽しみにしてくださっている方もいらっしゃると思います。元気なうちはずっと登り続けて「山の人」とみなさんにも覚えてもらいたいです。

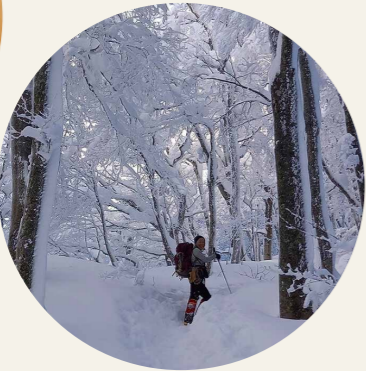
ピックアップ 2

高級ホテルのような落ち着いた雰囲気
くつろぎにあふれる設備が充実しています



毎日のお迎えにふさわしい ロビーラウンジ

玄関を通り抜けるとすぐに広がる、重厚感あふれる空間。すぐ横の受付カウンターでは、スタッフが笑顔でお出迎えます。



明るい空間で癒しのひととき ウィンターガーデン

天窓から一年を通して明るい光が差し込む、リビングのような空間。居住者のみなさん同士で集ったり、来訪者の方との談笑などに最適な空間です。

ピックアップ 3

季節のイベントに合わせた
お食事が楽しめます



美味しい会話も弾む レストラン

上質な窓からの景色を楽しめる開放的な空間です。ソファ席やテーブル席、座る場所でも違った雰囲気が楽しめます。



レストランでは、イベントにあわせた特別メニューもご用意しています。2023年11月16日には、ボジョレー解禁日にあわせたワインにあうメニューを楽しんでいただきました。



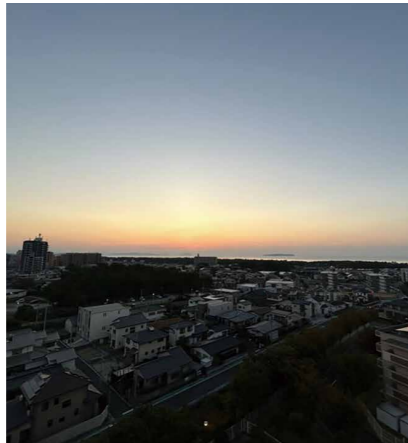
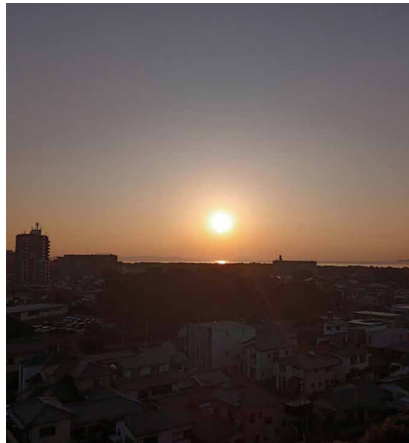
九電ケアタウン

広大な敷地内に緑あふれる九電ケアタウン。
さまざまな花が咲く庭園では、季節の移り変わりを肌で感じる事が出来ます。
また、地元まつわるイベントなども開催しています。



グランガーデン福岡浄水

閑静な住宅街にあるグランガーデン福岡浄水。
ちょっと足を延ばせば動物園や植物園も近くにあり、
一年中お散歩が楽しめます。



表情豊かな美しいケアタウンからの眺め

ケアタウンからの夕景

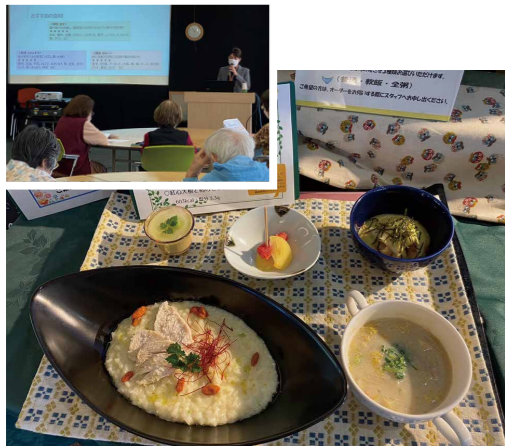
ケアタウン9階の西側角部屋からの夕景です。日が沈んだ後には、西の空がグラデーショナルに染まり、月と星を待ちます。朝は東側にある犬鳴山地の稜線が紫に染まる日の出を迎え、昼は緑溢れる庭園の木々に集う鳥の声を聴き、夕方は玄界灘に沈む夕陽で夜を迎えます。
福津市にあるケアタウンでは、都会の喧騒を離れて海と空と緑を眺めながら、時間を忘れてゆつくりと過ごすことが出来ます。



天気恵まれたバスツアーでのランチタイム

お買物&グルメバスツアー

4年ぶりにバスツアーを開催いたしました。今回は糸島でのお買物&グルメということで、「J.A伊都菜彩」と「僧伽小野（さんがおの・和食旅館）」に行ってきました。
「伊都菜彩」では新鮮なお野菜やお花などを購入されており、お買物を楽しませていただきました。お食事は、「僧伽小野」で海を眺めながらゆつくりと会席ランチを堪能していただきました。
当日は天気にも恵まれて、絶好の外出日和となり、参加された方からは「久しぶりのバスツアーで楽しかった。来年も開催してほしい。」との意見が多数ありました。



講師による漢方セミナーと薬膳ランチ

普段、あまり食べることのない「薬膳ランチ」に興味津々で舌鼓をうたれていました。

- ・「薬膳ランチ」メニュー
- ・サムゲタン
- ・参鶏湯風リゾット
- ・3種の芋と南瓜とろろグラタン
- ・枝豆と鮭のムース仕立て
- ・豚と白菜のごま豆乳スープ
- ・紅心大根と柿のピクルス風

漢方セミナー

発酵マイスター（2級断食指導員）
薬膳インストラクターの谷山景子先生を講師としてお招きして漢方セミナー「秋・冬の過ごし方」を開催し、ご入居者さまが真剣に聞き入っておられました。また、当日の昼食では、セミナーに関連した特別メニュー「薬膳ランチ」もご用意しました。



テーブルと壁には渾身の作品が並ぶ



秋の作品展

毎年恒例の「秋の作品展」を今年も開催いたしました。ご入居の皆さまが楽しみにされているイベントの一つです。
はがき絵サークルや、書道教室の作品、ご入居者さまが趣味でされている絵画や、手芸等の作品を展示いたしました。今年もたくさんさんの作品が展示され、多くのご入居の皆さまが展示場へ足を運んでくださいました。
観覧された方からは「多趣味の方が多く入居されていてすばらしい」とのお言葉をたくさんいただきました。



ロビーに響き渡る迫力のハーモニー

秋のロビーコンサート

九電ケアタウンでは、10月29日（日）に福津市民吹奏楽団によるロビーコンサートを開催いたしました。今回は、フル編成ではなくコロナ予防のため10人編成としていただきました。なお、この日は、施設オーブンデーとして、入居者だけでなく、外部の方もお招きしました。
曲目は、「川の流れるように」「ケンタッキーの我が家」「瀬戸の花嫁」などで繊細で迫力のある演奏を楽しみました。午前と午後の2回のコンサートでしたが、いずれもロビー奥まで埋め尽くす大盛況でした。



ご入居者さまとスタッフによる演奏

クリスマス音楽会

フルートを長年経験されているご入居者さまからのご提案で、楽器や歌で参加いただける方を募り、ロビーにてクリスマス音楽会を開催いたしました。現在フルートを習っていらっしゃる方、ピアノやバイオリンを幼いころから経験されている方に加え、スタッフ3名も参加させて頂きました。皆さまと日程を合わせ練習会も数回行いました。多くの方にお越しいただき、「本番ではかなり緊張しました」と仰っていました。クリスマスソングや故郷を演奏し、一緒に歌いながら楽しんでいただきました。急遽オカリナをされているご入居者さまも加わり、とても和やかな音楽会になりました。
「または非開催したい」と来年に向けて新たな目標が出来たようです。



グランガーデン鹿児島

雄大な桜島をのぞむ絶好のロケーションがお部屋から楽しめる
グランガーデン鹿児島。周辺には野球場・テニスコート・プールもある
鴨池公園が近くにあり、スポーツ観戦やウォーキングにも最適です。

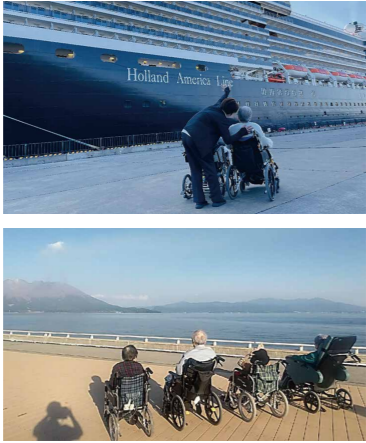


グランガーデン熊本

日々復興がすすむ熊本城を目の前にのぞむグランガーデン熊本。
上通・下通のアーケードもすぐ近くで便利。
美術館や博物館も近く、アート鑑賞にも最適です。



咲き誇る、満開のコスモス



上) 豪華客船 下) 桜島と鹿児島湾

介護棟イベント★ 秋の外出レクリエーション

介護棟では10月末～11月初旬の4日間、「秋の外出レクリエーション」を開催いたしました。コロナ禍中は感染予防のため外出レクを見合わせており、今回は久しぶりの外出となりました。

鹿児島の名所である慈眼寺公園、マリポートかこしま、石橋記念公園を散策。秋の晴れ渡った青空と爽やかな空気に、ゆつくりとした時間をお過ごしいただきました。

皆さま素敵な表情でとても喜んでおられました♪



4年ぶりにやってきた飾り馬



藤崎宮秋の例大祭 飾り卸

熊本の秋の風物詩とも言われる「藤崎宮秋の例大祭」。加藤清正のころより千年以上続く歴史あるお祭りです。毎年9月13日から5日間かけて行われます。奉納する飾り馬を祓い清める「飾り卸」では、飾り馬と勢子が街の企業や商店の繁栄祈願をして回ります。今年は4年ぶりに2団体が飾り馬を連れてグランガーデン熊本に来てくれました。威勢のいい勢子の掛け声と、ラッパなどの鳴り物に合わせて馬を引く姿は迫力満点！ご入居者の皆さまも手拍子で盛り上げて下さいました。



旬の食材をふんだんに使ったディナー

初秋のスペシャルディナー

レストランでは季節の食材を使用した美味しいお料理を提供させていただいております。今回はご入居者の皆さまからのリクエストで初秋のスペシャルディナーを予約制にてご提供いたしました。メインは濃厚なポルチーニ茸ソースが添えられた鴨肉のグリル。肉厚でとても存在感があります。

きのこのマリネ、ごぼうの冷製ポタージュ、デザートには栗と抹茶のパウンドケーキ、どれも旬の食材がふんだんに使われています。

メインプレートのキレイな彩りはまるで絵画を覗いているようで、「見た目が華やかで食欲が増すわね!!」「柔らかくて食べやすかったわよ」と、ご入居者の皆さまに大変お喜びいただきました。

レストランでは、食の楽しみを大切に、これからもバランスのとれた美味しいメニュー作りに取り組みまいります。



長寿をお祝いするさまざまな催し

敬老の日

9月は敬老の日に合わせて様々なイベントを開催しました。一般居室では100歳を迎えるT様にこれまでの人生や、健康の秘訣などをお話しいただく講演会を開催し、多くのご入居者の皆さまに参加いただきました。T様の長生きの秘訣は、「①春夏秋冬の季節を感じながら楽しんで歩くこと」「②バランスよく食事をとること」「③お医者さんは自分でしっかり選ぶこと」だそうです。戦時中の貴重な経験などもお話しいただき、とても有意義な時間となりました。

介護居室では敬老会を開催。スタッフが懐かしの歌謡曲を披露し、ご入居者の皆さまも一緒に歌ったり、手拍子しながら楽しめました。また、お一人お一人にスタッフからのプレゼントを手渡しし、一緒に記念撮影を行いました。



上) 講話の様子 下) 真剣におこなう消火訓練

防火訓練

当施設では年に2回、鹿児島市消防局中央消防署立合いのもと、防火防災訓練を実施しております。コロナ禍は、感染予防のため社員だけの訓練を実施しておりましたが、今回は4年ぶりにご入居者の皆さまにもご参加頂き、14階の居室にて火災が発生したという想定で実施しました。自衛消防隊長による指示のもと、出火元への初期消火の実施。その後は初期消火失敗を想定し、ご入居者さまの避難誘導へと向かいました。緊急通報設備や放送設備を使い、実際に火災が発生した際に備えた通報・放送が行われ、スタッフもご入居者の皆さまも真剣な表情で取り組んでおられました。

訓練終了後は、消防署の方からご入居の皆さまへ講話をいただきました。どんな状況でもご入居者さまの安全かつ迅速な避難に対応できるよう、今後も訓練を継続して実施していきたいと思っております。



仮装や料理で盛り上げるハロウィン

ハロウィン

毎年恒例となったハロウィンのスタッフによる仮装。今年もレストランを飾り付けて、ご入居者の皆さまをお出迎えしました。いつもと違う格好に「誰かと思った!」「おもしろかね〜何の仮装なの?」と自然と笑顔があふれます。お食事も、大根で作られた可愛らしいオバケや、デザートにはカボチャケーキなど、ハロウィンらしいメニューでした。

なかなか高齢の皆様には馴染みの薄いイベントかもしれませんが、雰囲気を楽しんでいただけだと思います。来年の仮装にも乞うご期待!

取材協力

株式会社 風雅

店舗は熊本に5店舗、福岡に4店舗、宮崎に1店舗。他にも百貨店などで取り扱い中。

URL <https://www.fugamaki.com/>

一口かんだらパリッ！
海苔の風味と共にサクッと広がる
有明海育ちの風雅なお菓子。



その味に歴史あり、風土の恵みあり
九州郷土菓子めぐり
熊本名産 風雅巻き

色とりどりのパッケージを開くと、出てくるのは漆黒の海苔に包まれた棒状のお菓子。決して華美ではないものの、通の間では熊本の新名産として評判の高い「風雅巻き」をご存知でしょうか？

お煎餅の味付けに海苔が巻かれた和菓子はいくつもありますが、「風雅巻き」はズバリ海苔が主役のお菓子です。もともとは熊本の海苔専門のメーカー「通宝海苔」がそのルーツのブランド。通宝海苔があるのは、海路口と書いて「うじぐち」と読む小さな港町。ここは、干満の差が大きく、広大な干潟をもつ有明海の一角です。阿蘇の山麓から流れる栄養豊かな水を、有明海の干満差が生み出す潮の満ち引きが栄養を凝縮させることで、日本を代表する海苔の漁場が育まれてきた場所でもあります。

有明の海苔は、香りや食感そして口どけにもこだわった味わい深さ。この海苔の魅力を引き出し、現代でも気軽に味わっていただけるようにお菓子にアレンジしたものが「風雅巻き」です。



熊本有数の海苔の産地「海路口のり」をはじめ、初冬に摘まれる「若菜の初摘み海苔」や河内漁業協同組合・塩屋のり研究会こだわりの「河内塩屋のり」などを厳選して使用。味わいの良さだけでなく、ビタミンやミネラルが豊富な栄養素の高さも魅力の味わいです。



海苔のパリッ、豆のサクッ。小気味良いリズムと食感がクセになる味わい。誰もが食べやすいスティック状です。

使うほどに髪に艶、
使い込むほどに櫛も馴染む
つげ櫛の「つげ」は材料となる木の品種に由来しています。漢字で、柘植もしくは黄楊と記されるツゲ科の常緑低木。鹿児島県の薩摩地方に多く生息しています。成長がとてもゆっくりであるため、年輪の幅が狭いことから、きめが細かく弾力のある櫛に最適な材料に仕上がります。

市では、女兒が誕生するとつげの木を植えて、娘と一緒に大切に育てて、嫁入りの時にはその木を売って道具をもたせるような習慣もあったそうです。今では材料となるつげが少なくなっているため、薩摩つげ櫛も希少性が高く、鹿児島県の伝統工芸品にも指定されています。喜多つげ製作所のつげ櫛は、独特の黄色いなめらかな肌ざわりで、歯の1本1本に少しずつ角度をかえてヤスリを何度もかけていることで、髪どおりなめらかな櫛が仕上がります。天然素材なので静電気も生じにくく、頭皮にもほどよい刺激を与えられます。長年の愛用者の中には、枝毛や切れ毛が少なくなったという



つげ櫛のお手入れは月に一回

つげ櫛は椿油を染み込ませて使っていたが櫛です。月に一度ぐらいのペースで椿油でお手入れください。天然素材なので水などで洗うのは避けておきましょう。カビや菌の狂いの原因となります。

声も多く、髪をとくごとに、自然な艶とうるおいを感じてもらえるはず。こまめなお手入れをすることで長く愛用することもできます。

薩摩つげ櫛

魅力再発見！わが町の伝統文化

取材協力



喜多つげ製作所

4代目となる喜多忠男氏、5代目となる喜多正孝氏の二人の職人で営むつげ櫛製作所。オリジナルで開発した「つげブラシ」は、「2005かごしまの新特産品コンクール工芸品部門」で鹿児島市長賞を受賞。

〒891-0401
鹿児島県指宿市大牟礼1丁目16-4
URL <http://kushi.jp>

施設インフォメーション

～これからの季節、各施設で予定されているイベントです～

詳しくは各施設のフリーダイヤルにお問い合わせください。

グランガーデン福岡浄水



0120-282-600

〒810-0022

福岡県福岡市中央区薬院4丁目13番17号



敷地権利/九州電力(株)所有

[トピックス]

2月	イベント お楽しみ交流会	3月	イベント ロビーコンサート
3・4月	イベント 春の見学相談会	5月	イベント 開業イベントコンサート

九電ケアタウン



0120-290-873

〒811-3214

福岡県福津市花見が丘3丁目28番2号



敷地権利/(株)キューデン所有

[トピックス]

2月	イベント バレンタインコンサート	3月	イベント 終活セミナー
4月	イベント スプリングコンサート	5月	イベント 九友会合唱団コンサート

グランガーデン熊本



0120-87-5588

〒860-0846

熊本県熊本市中央区城東町4番7号



敷地権利/九州電力(株)所有

[トピックス]

2月	イベント 冬の見学会	4月	イベント お楽しみ交流会
4月	イベント お花見	5月	イベント 春のバスツアー

グランガーデン鹿児島



0120-80-0766

〒890-0063

鹿児島県鹿児島市鴨池1丁目55番10号



敷地権利/九州電力(株)所有

[トピックス]

2月	イベント 節分豆まき会	3月	イベント お花見
4月	イベント 春の茶話会	4月	イベント コンサート



ずっと先まで、明るくしたい。

株式会社 キューデン・グッドライフ

〒810-0022 福岡市中央区薬院4丁目13番17号

TEL 092-524-0051 FAX 092-524-0061 <https://www.kyuden-gl.jp/>