

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.summer
Vol.28

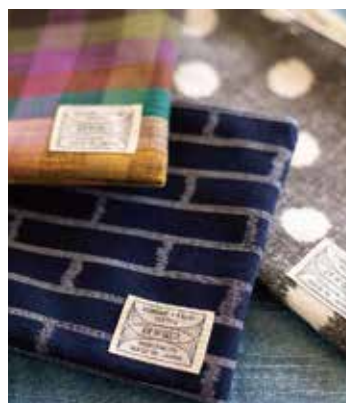


写真: グランガーデン 熊本



特集

『源氏物語』
ゆかりの地を訪ねて



グッドライフ

2024.summer
Vol.28

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

ごあいさつ	1	施設だより グランガーデン福岡浄水／九電ケータウン グランガーデン熊本／グランガーデン鹿児島	9
遥かなる平安の風を九州の地で感じる 『源氏物語』ゆかりの地を訪ねて	2	魅力再発見!わが町の伝統文化 久留米餅	13
これからも元気に歩くために! 足にやさしい靴の選び方	5	手土産によし、おやつによしの地元自慢おやつ 武者がえし	14
わがとこ自慢 inグランガーデン熊本	7		

足元から健康を手に入れよう!

皆さん、なんでもないとこで躓いたり、転倒したりしたことはありませんか?

私自身も還暦あたりから、いわゆる「畳の縁に躓く」ような体験が増えてきたように思います。これは、全身の筋肉の70%が下半身にあるため、加齢による筋肉の衰えは足から表れやすいからなのだそうです。また、足には血液を全身に送り出す役割があり、その働きが心臓に匹敵するほど重要であることから「足は第二の心臓」と呼ばれています。よく歩いている時、即ち足が健康な状態であれば、身体全体の健康が保たれ、張りのある生活が送れることは経験上よくお解りのことだと思います。

歳を重ねることに、足の痛みやむくみ、歩行困難など、足のトラブルは増えてきます。しかし、これらの問題は放っておくと、日常生活に支障をきたすだけでなく、全身の健康にも影響を及ぼす恐れがあります。従って、足の健康を保つことは、いつまでも健康やかに過ごすために欠かせない要素なのです。

まず、正しい靴選びから始めてはいかがでしょうか。足の形や歩き方に合った靴を選ぶことは、足への負担を軽減し、歩行の安定性を高める上で非常に重要です。また、適切な靴下や中敷きの使用も足の健康をサポートするようです。今号の「いきいきヘルシーライフ」では「靴の選び方」を紹介させていただきます。ですので、参考になさってください。

また、日常生活での適度な運動も大切です。ウォーキングは足の筋力を維持するとともに意識して手を振りながら歩けば胸や背中の筋肉も使うことになり、全身運動になります。そのうえ、血液の循環もよくなり脳の活性化も期待できます。駅の階段も無料のフィットネスだと思えばいいのではないのでしょうか。日常生活に取り入れやすい方法から始めて、それを継続することで、足の痛みやむくみを軽減し、健康な足を保って年齢に関係なく充実した日々を送りましょう。

さらには、定期的な足のケアも忘れてはいけません。足の保湿やマッサージ、爪の手入れなど、日常的なケアを行うことで、足の健康を維持することができます。また、定期的な足の健康チェックを受けることもおすすめです。専門家のアドバイスを受けることで、早期に足のトラブルを発見し、適切な対処を行うことができます。

さあ、街に出かけましょう。ただし暑い時間帯は避けてください。熱中症に罹っては元も子もありませんから。

(株)キューデン・グッドライフ
代表取締役社長
新開 明彦

遥かなる平安の風を九州の地で感じる

『源氏物語』

ゆかりの地を訪ねて

千年の時を超えるベストセラーとして今も多くの人に愛される『源氏物語』。たぐいまれな才能で、この世界最古の長編小説を書き上げたのがご存知、紫式部です。2024年の大河ドラマの主人公として、いま、改めて脚光を浴びています。

物語の大きな魅力のひとつが、紫式部が綴る美しく繊細な言葉たちです。時には和歌を交えながら、登場人物を生き生きと描き出すだけでなく、平安時代の貴族文化や風習も鮮やかに伝えていきます。

日本全国のさまざまな地にまつわるエピソードも多く登場しますが、実は、九州も物語のカギとなる場所として登場しています。

そこで今回は、九州に点在する源氏物語ゆかりのスポットをご紹介します。お馴染みの風景のいつものとは違った表情に出会ってみませんか。



京都国立博物館所蔵「源氏物語絵巻紙帖 玉鬘 詞近衛信尹」



宗像市 織幡神社

玉鬘と乳母たちが手漕ぎの船で都から大宰府へ下る場面で登場するのが、金の岬こと鐘の岬。宗像市鐘崎にある岬です。潮流が激しく船旅の難所として知られる場所。船旅の安全を祈りながら海路を進む玉鬘たちの様子が思い浮かぶ一節です。

織幡神社は、金の岬(＝鐘の岬)にある佐屋形山に鎮座しています。宗像大社の境外摂社で、「織幡宮」とも呼ばれ、平安時代の法典『延喜式』にも宗像大社に次ぐ格式高い神社として記録されています。



福岡市

笠崎八幡宮

笠崎は、源氏物語の中で二度、名前が登場する地です。

一つ目は、都に戻った玉鬘たちが、父との再会を願い、石清水八幡宮を参拝するきっかけとして会話の中に登場します。(※其の二) 二つ目は、常夏巻の弘徽殿女御に仕える女房が近江の君へ詠んだ歌です。笠崎の松は「待つ」の掛詞としても使われています。(※其の二)

福岡市東区にある笠崎宮(笠崎八幡宮)は、宇佐神宮・石清水八幡宮と並ぶ日本三大八幡宮のひとつです。笠崎宮の楼門前には「神木「笠松」があり、神功皇后が応神天皇を出産された際の御袍衣を納めた箱にちなみ、この地を笠崎(箱崎)と呼ぶようになったと言われています。



写真：太宰府市

太宰府市

大宰府政庁跡

玉鬘は、四歳から十歳ぐらまでの間、京から筑紫へ下り、筑前国の大宰府で育ちます。夕顔亡き後育ててくれた乳母の夫が大宰少弐(大宰府の次官)に任命されたためです。『源氏物語』の作中には、役所としての大宰府そのものは描かれていませんが、大宰府の役人と縁がある人物が複数登場しています。

大宰府は、平城京や平安京のように条坊制をしいていたと考えられる都市。北部に政庁があり、そこから南に伸びる朱雀大路を中心に基盤の目のように区画されていました。現在、大宰府政庁跡には当時の礎石が一部残り、公園として整備されています。

其の一

近きほどに、八幡の宮と申すは、かしこにても
参り祈り申したまひし松浦、
笠崎、同じ社なり。

現代訳
この近い所に、八幡宮と申す神は、あちら(筑紫)においても参詣し、お祈り申していらした松浦、箱崎と、同じ系統の社です。

其の二

常陸なる駿河の海の須磨の浦に
波立ち出でよ笠崎の松

現代訳
常陸にある駿河の海の須磨の浦にお出かけください。箱崎の松が待っています。



金の岬過ぎて、
『われは忘れず』など、
世ともの言種になりて、
かしこに到り着きては、
まいて遥かなるほどを思ひやりて、
恋ひ泣きて、
この君をかしづきものにて、
明かし暮らす。

現代訳
『万葉集』にある歌「ちはやぶる金の岬を過ぎぬとも 我は忘れじ志賀の皇神」で知られる「金の岬を過ぎると、「我は忘れず」などという言葉が絶えず口癖になって、筑紫に到着してからは、まして都から遠くに来てしまった事を思いやって、都や夕顔を慕って泣いては、この姫君(玉鬘)を大切に世話をして、乳母たちは日々を明かし暮らしています。

唐津市

鏡神社

佐賀県唐津市鏡にある鏡神社は、源氏物語中に「松浦なる鏡の神」や「松浦の宮」として登場します。玉鬘とその乳母たちは肥前国に滞在中、この神社を信仰していたことが伺えます。

鏡神社境内には源氏物語に登場する和歌の碑が建てられています。

君にもし心たがはば
松浦なる鏡の神をかけて
誓はむ

現代訳
姫君に対して、もし心変わりをしましたら、どんな神罰でもお受けしましょう。松浦の鏡の神にかけて誓います。

紫式部と九州をつなぐ人物

藤原宣孝

筑前守に任ぜられて赴任
実は九州に詳しく紫式部の夫

紫式部と結婚する前に筑前守や大宰少弐を務め、結婚後には宇佐神宮への勅使に選ばれるなど、九州の地理や情報に詳しい人物でした。このため、九州を訪れたことのない紫式部に九州の様子を伝えたのではないかと考えられています。

末松謙澄

政治家、文化人として世界で活躍。
源氏物語の魅力を世界に伝えた

福岡県行橋市出身の末松謙澄は、ジャーナリストとして活躍後、伊藤博文に認められ官僚となり留学も経験。世界を舞台に日本の国際化と近代化のために活躍しました。文化人としても知られ、1882年『源氏物語』を英訳。日本の誇る古典作品を海外へ広めるために尽力しました。



肖像写真：行橋市教区委員会提供

足にやさしい靴を選ぶための5つのポイント!

お店などで試し履きする時には少し歩いたり、しゃがんだりしながら
次の5つのポイントを確認してみましょう。
また、左右の足の違いもあるので、なるべく両足を試し履きしましょう。

1

足の甲のフィット感

足の甲のアーチがぴったりと合い、
歩いたときに圧迫されない
※紐や面ファスナーで調整できるものと◎

2

つま先の余裕

かかとをきっちり合わせた状態で、
つま先に指1本分(1cm程)の余裕がある

5

靴の曲がる位置

かかとをあげたときに、
靴の曲がる部分と親指の付け根の
ラインが一致している



3

かかとの安定性

歩いたときにかかとが
靴の中で上下しない

4

靴のかたち

つま先部分は少し反り上がった
形状になっていて、靴底は適度に
やわらかく接地面積が多い



反り上り



やわらかさ

接地面積

バランス感覚の低下

加齢に伴って、内耳の機能や視
覚、筋肉の動きが衰えるため、バ
ランスを保つのが難しくなる。

筋力の減少

年齢とともに筋肉量や筋力が減
少するため、歩行時に足を上げる
力が弱くなり、地面の小さな凹凸
や障害物につまづきやすくなる。

病気や薬の影響

糖尿病や神経障害、関節炎などの
病気により、足の感覚やバランス
感覚が影響を受けることがある。

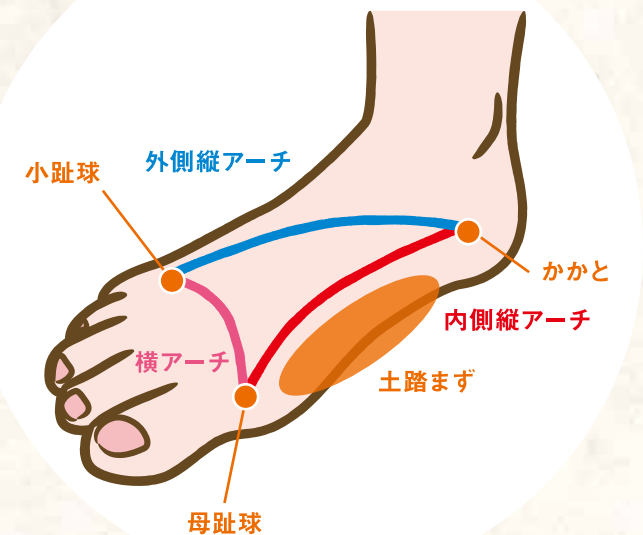
年齢を重ねるとつまづきやすくなるのはどうして?

シニア世代には、健康のためにウォーキングを日課にしている方も多いのでは
ないでしょうか。しかし、今履いている靴は、あなたの足に合っているものでし
ょうか? 足にフィットしていない靴でウォーキングをしていると、足腰に負担がか
かることもあるそうです。時にはバランスを崩して、転倒や思わぬ怪我を引き起
こすこともあります。そこで、今回はシニア世代に最適な靴の選び方を靴選びの
プロ、歩行改善士にご紹介していただきました。

これからも元気に歩くために!
足にやさしい靴の選び方

正しく歩くカギは、バランスを安定させる「足裏アーチ」

足には、親指の付け根(母趾球)・小指の付け根(小趾球)・かかとの3点を結ぶアーチ構造が形成されています。これによって歩行時の体のバランスが保たれています。足に合わない靴を履いていると、歩く度に靴の中で足が動いてしまい、無意識に足指が踏ん張ったり、筋力だけでバランスをとろうとして、徐々にアーチが崩れていってしまうのです。そうすると体に負担がかかり、さらにその負担をかばおうとして歩き方のバランスも崩れていってしまいます。



靴選びに迷ったら靴のプロに相談するのもオススメです!

お話しを伺いました!



えこる 博多えきちか店
歩行改善士 代表
山田 晃久さん
お気軽にお近くの店舗へ
ご相談ください。

博多えきちか店
福岡市博多区
博多駅中央地下街4・5号
TEL 092-473-9755
営業時間 10:00~19:00
店休日 日曜日

熊本店
熊本市中央区下通り2丁目
7-32 シャワーパラービル1F
TEL 096-354-1992
営業時間 11:00~17:00
店休日 月・火曜日

鹿児島吉田店
鹿児島市本名町1233-6
TEL 099-294-2730
営業時間 9:00~18:00
店休日 日曜日

ご来店の際は事前にお電話ください

まごころと一体感で乗り切った自然災害

熊本地震をふりかえって

2024年元旦に発生した能登半島地震(M7.6)や、4月17日には九州管内でも豊後水道地震(M6.6)など、日本列島で大きな地震が発生しており、自然災害は身近な出来事になっています。そこで今号では、2016年に発生した熊本地震(前震M6.5、本震M7.3)を経験した4人のスタッフに地震発生時の対応や、その後の職場の雰囲気変化について振り返っていただきました。



自ら被災しながらもチーム一丸となって施設の復興に取り組んだメンバー
左から山崎さん、二田水さん、安部さん、森岡さん



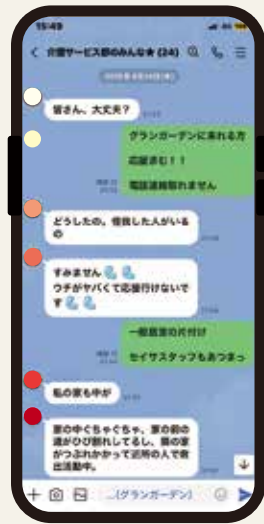
地震後の大天守・小天守

**LINEのグループで緊急招集
可能な人が集まってまず安否確認**

森岡 仕事帰りでバスを待っていた時に急に揺れを感じたんです。何か大変なことが起きていると思い大急ぎで施設に戻りました。途中、神社の灯籠が倒れていたのを見て、これは大きな地震だと気づきました。施設に戻ったら、当直スタッフがご入居者の安否確認をしているところで、私もすぐに合流しました。

安部 私は介護勤務で夜勤中でした。地震が起きたのは21時半頃で、通常の業務が一段落した頃。ご入居者もほとんど就寝されていました。事務所の中がぐちゃぐちゃで、やっと取り出した連絡帳で電話するも不通。在宅中のスタッフから「大丈夫？」とLINEがきたことで、LINEが使えることに気づいて、慌ててグループにSOSを送信。何人かが駆けつけてくれました。

二田水 私は自宅からタクシーで急いで



厨房の担当者と一緒に考えていました。水は、当時のレストランの委託業者が福岡からかき集めてきてくれて本当に助かりました。他にも福岡から食事や材料を持ってきてくださったおかげで、なんとか食を安定して提供できました。ただ、エレベーターが使えず、ご入居者お一人おひとりのもとへ階段で運ばなければならなかったことは大変でした。

安部 水の復旧には約1週間かかりました。その間、トイレの問題も発生しましたが、幸いなことに大浴場にお湯を張りっぱなしにしていたため、そのお湯をトイレを流す水として利用することができました。4階の大浴場から12階までバケツリレーによる運搬は非常に大変でしたが、各階の廊下から居室までの運搬をご入居者の方に手伝っていただき、大変助かったことを覚えています。

**震災を期にスタッフの
結びつきがより強く**

森岡 スタッフ全員が被災者でもあるので、その後は意識的に休みも取り入れるようにしていました。生活は徐々に戻りましたが、4月中は余震が続いていて、感覚が麻痺していました。「皆さんが怖い思いをしないためにどうすればいいんだろう」と考えながら、口うるさい娘のように家族のような気持ちでお声を続けました。

施設に向かいました。当時レストランを担当していたのですぐに確認に行くと、卓上にセットしていた酢と醤油が全て落ちていて、臭いが充満していました。その後すぐに安否確認に合流しました。

安部 今まで経験のない揺れの大きさに、もう何がなんだかわかりませんでした。地震で故障したテレビは映らないので情報も全く入ってこなくて。揺れが収まってから、ナースと当直とで12階から一部屋ごとに安否確認をしていきました。そのうち他のスタッフが集まってきて、みんなで手分けして確認しました。

**スタッフが一致団結
今必要とされる作業を的確に**

安部 介護居室のご入居者は一か所に集まってもらって安全を確保しました。エレベーターが止まっていたので、一般居室の4階から12階までは、階段を何往復もしました。携帯電話の緊急地震速報がずっと鳴り響くので「もういや」と、頭を抱えるご入居者もいましたね。

二田水 「とりあえず部屋の中にとお願いしたんですけど、怖くて一人で部屋にいられない方もいました。そのような方には各階のラウンジに集まってもらい不安にならないように対応しました。

二田水 震災を経験したことで、スタッフの結びつきがより強くなりました。チームワークが生まれ、一体感を持って対応できるようになったと感じています。

山崎 震災前は火災想定避難訓練が主でしたが、震災を経て地震を想定したのものにも重きを置くようになりました。安否確認などの内容は同じですが、やはり被害状況などが変わってくるので、そのあたりの設定が違います。特にエレベーターが使えないことは大きな教訓になりました。



地震後の居室の様子

森岡 命に別状はないものの怪我をされた方や、怖くて動けない方もいました。エレベーターが動かないので、車椅子やシートを担架代わりに数人がかりで階段を使っておろしたり、手首の骨折をスリッパで固定するなど、その時にできる最善の処置を尽くしました。

山崎 荷物の多いお部屋では、家具が重なって倒れていました。偶然にも脱衣所にいらつしやうて助かった方もいましたし、寝ているベッドの上に倒れてきたタンスが壁にあたって倒れず、隙間にいた

ため助かった方もいました。

森岡 前震の翌日は、チームを組んで部屋の片付けを行いました。私は基本的に事務所で状況を整理して、指示を出していました。部屋によって被害の程度が違っているので、まずは優先順位を考えました。社員の家族や以前勤務していたスタッフが手伝いに来てくれて、本当に助かりました。夕方6時半までに全部屋を片付け終えたんですが、その夜に本震がきてしまった。「片付けたのに！」と心が折れそうになりましたね。

二田水 印象に残っているのは、夜が明けて熊本城を見た瞬間ですね。前震のときは砂埃程度だったと思うんですが、もう全部崩れ落ちていて衝撃でした。

安部 前日の前震で寝ていなかった方も多く、本震があったときは疲れて眠っていたり、お薬を飲んで寝ている方が多かったんです。なので、地震に気づいていない方もいました。「昨日よりもっと大きい地震があったのよ」とお伝えすると、皆さん驚いていました。

**日頃の備蓄やグループ会社の
協力で食糧や必需品を確保**

二田水 本震の後は、調理の必要がないパンとジャムと牛乳を朝食に提供しました。昼食や夕食もその日の状況に応じて、

もしもの時に安心を届けられる施設を目指して



これからもチーム一丸で取り組みます！

ご入居者から「あなたたちも大変な時なのにありがとう」と、お声がけいただいたことにスタッフも力をもらえました。「ここにいたから助かった」とスタッフが常駐していることに安心感を持っていただけでケースも多かったです。震災後に、「もしも」を考えて入居を希望される方も増えています。



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。

開業記念コンサート

グランガーデン福岡浄水は、5月1日で開業14周年を迎えることができました。14周年を記念して開業記念コンサートを開催し、関西を中心に活動しているプログループ「JUGEN(ジュゲン)」にお越しいただきました。「JUGEN」はバイオリン、ピアノ(アコーディオン)、ギター、カホン(打楽器)の4人で構成されています。カントリー、アイリッシュ、ジャズ、ポップス等の様々なジャンルを融合させた音楽を演奏していただきました。4人が奏でるハーモニーはとても魅力的でした。



JUGENの皆さまによる素晴らしい演奏

モデルルームが完成

九電ケアタウンでは、「お、ねだん以上」の価値を創造する「ニトリ」全面協力のもと、モデルルームが完成しました。家具や小物類の選定からレイアウト、機能的な生活動線まで、落ち着いて生活していただける居住空間を実現しています。家具付きの居室として、このままご入居していただくことが可能です。また、家具やカーテン、照明など単体での購入も承ります。どなたでも見学出来ますので、お気軽に足をお運びください。見学の予約をしていただけますと、当施設レストラン自慢の昼食もご準備いたします。



ニトリとコラボした快適なモデルルーム

お花見のお弁当

桜の見頃に合わせて、レストランでは3日間限定でお花見のお弁当を提供しました。ご入居者からも沢山の注文をいただき、可愛い巻き寿司、卵焼き、から揚げ、タケノコ、ゴボウなど美味しそうに召しあがっていました。

春のバスハイク in 飯塚・久山

今年のバスハイクは、福岡県の飯塚・久山方面に行ってきました。飯塚の「カホテラス」でお買物を楽しみ、その後庭園が美しい「茶寮このみ」で会席料理をご堪能いただきました。日本庭園を眺めながらのお食事に会話も弾んでいた様子でした。最後に久山にある「NAYUTA」でティータイム。当日はあいにくの天気でしたが、ご入居者同士の交流もはかれ、とても楽しいバスハイクとなりました。



日本庭園を眺めながらお食事を堪能



会席料理に舌鼓

健康セミナー開催

「高齢者と糖尿病」について、レストランの栄養士によるランチメニューに特化したセミナーを開催しました。糖尿病と、その効果的な食事予防法について説明があり、ランチは参加者みんなで糖尿病予防メニューをいただきました。食事に関心を持てるようになった、関心はあったがどうしてよいかわからなかったの参考になった、等の感想をいただきました。定期的な「食と栄養」についてのセミナーを開催していく予定です。



春の味覚を楽しむお花見弁当



栄養士考案の糖尿病予防メニュー

ボイストレーニング体験教室

ボイストレーニング体験教室を開催いたしました。ボイストレーニングとは、発声、発音、表情筋、脳トレを目的に、ご存知の名曲を「皆で楽しく歌うこと」を目的としたものです。講師を招いての教室は大変好評いただきました。ボイストレーニングで声を出すことは嚙下機能低下の予防、認知症予防になるとのこと。今後、サークルとして開講することになりました。



講師を招いてのボイストレーニング体験

オキザリス

正面入口南向きの斜面に、この春もオキザリスの花が咲き乱れていました。黄色はオキババナカタバミ、白色はフヨウカタバミです。カタバミ属ではありますが、カタバミが種が増えるのに対し、オキザリスは球根が増えます。どちらかと言えば、オキザリスは観賞用です。ただ、繁殖力がとても強く庭で栽培すると手入れが大変になるので、鉢植えでの栽培が推奨されています。太陽が出ている晴れの日には花を開かせていますが、夜には閉じます。10℃を越えたら咲き始める花なので、オキザリスが咲くと冬が終わったことを実感します。ケアタウンはこれから夏の花の季節を迎えます。



南向きの斜面で咲き誇る花々

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。



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。



サークル再開！

コロナウイルスの蔓延によって中止も余儀なくされていたコーラスサークルと、体操のサークルを再開しました。再開にあたり、新たに参加者を募り、元々参加されていた方だけではなく、新たなメンバーも増えました！
久しぶりに講師の方とも再会し、皆さまイキイキと活動されています。サークル活動を通して、ご入居者同士の交流も深まる場になっているようです。



上)コーラスサークル 下)体操サークル

初夏のバスツアー

5月、肥後花菖蒲の名所で国指定名勝にもなっている八代の「松浜軒」へ日帰りバスツアーを行いました。
ご入居者23名にご参加いただき、バスを貸し切ってグランガーデン熊本を出発。バスガイドさんの添乗もあり、車内

も楽しい時間となりました。当日はあいにくの雨模様でしたが、雨の滴る花菖蒲も風情があつてとても綺麗でした。お昼は、いけす料理店で新鮮な海鮮料理を楽しんでいただきました。帰りに八代の物産館にも立ち寄り、地元の農産物など、たくさんのお土産を購入され、楽しんでいただけたようです。



久しぶりのツアーを堪能されました！

介護棟イベント フラワーアレンジメント

介護棟では、3月11日に講師を招き、『フラワーアレンジメント』のレクリエーションを行いました。
今回は、桜をモチーフに春らしいアレンジメントを作製しました。講師の先生は、以前介護棟にご入居されていた方の娘さまで、当時のお母さまのご様子を色々とお話しくださり、参加されたご入居者にとっては良い機会となりました。皆さま領き笑いながら、お話も一生懸命聞いておられました。
製作見本と用意された材料をご覧になり「私に出来るかしら〜」と少しためらっておられました。先生のアドバイスをいただきお隣のご入居者とアレンジ方法を話し合いながら真剣に作製されました。スタッフと一緒に作製することができました。皆さま、それぞれの素敵な作品が完成しました。



アイデアたっぷりに完成した
フラワーアレンジメント

少し豪華な夕食メニュー

レストランでは、食の楽しみを大切に、バランスのとれた美味しいお料理を提供できるように工夫しております。
今回は、少し豪華な夕食として、肉厚でとても存在感のある「黒毛和牛と黒豚のハンバーグ」を提供いたしました。
小鉢のコールスローサラダや、あさり入りの味噌汁、デザートには「さがほのか」の苺付きです。
鉄板で熱せられた玉葱の和風ソースの香りが更に食欲をそそりました。お客さまから「ジューシーで美味しかった〜♡」「肉厚で大満足!!」等、喜びの声をたくさんいただきました。
今後ともお客さまに満足いただける食事の提供に努めてまいります。



肉汁たっぷりの豪華なハンバーグ

エステ体験

介護フロアには、ハンドマッサージや、フェイシャルミストの資格を持ったスタッフがおり、介護のご入居者を対象にエステのイベントを行いました。施術を受けられた皆さまはうっとりされ、とても気持ちよかったです。「ツヤツヤになったよ!」「こんなにしてくらったの初めて!」と笑顔でおっしゃってくださいました。

いつもと違った、極上のリラクゼーションタイムを満喫していただき、皆さまその日の夜はよく眠れたそうです。今後も定期的に開催していく予定です。



エステイベントの様子

茶話会

コロナ禍で中止していた、一般棟の茶話会を4年ぶりに開催。大勢のご入居者の皆さまにご参加いただきました。お茶やコーヒー、お団子、お菓子などを提供し、それぞれの交流と親睦を深めていただきました。

冒頭の支配人あいさつの後、各部署と委託先から、スタッフ紹介とそれぞれの業務内容の説明を行い、その後はスタッフを交えてご入居者の皆さまと歓談となりました。皆さま、最初は緊張されましたが、時間と共に少しずつ会話が弾んでいきました。また、新しく入居された方々の参加も多く、ご紹介も行いました。あつという間の1時間でしたが、皆さまの楽しそうな顔を拝見できて、スタッフも癒されました。

今後とも、ご入居者の皆さまの交流を図るイベントを開催予定です。



ご入居者とスタッフが楽しく歓談

当施設スタッフが推薦!

手土産によし、おやつによしの地元自慢おやつ

武者がえし

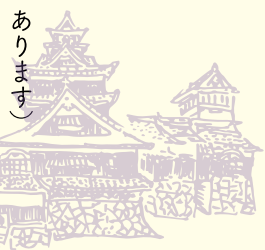


熊本を代表する銘菓のひとつ「武者がえし」は、紫色が美しい皮剥ぎあずき餡を100層に重ねられたバターが香るパイ生地で包んだお菓子です。皮剥ぎあずき餡は、小豆の皮を剥いて練り上げたもので、なめらかな口どけと控えめな甘さが特徴です。一方、パイ生地はフレッシュバターを折り込んでミミリの薄さに仕上げられ、さつくりとした軽い歯ざわりを生み出します。

熊本で「武者がえし」といえば有名なのは、熊本城の堅牢な石垣「武者返し」。加藤清正公が7年かけて築城した日本三名城の一つ熊本城は、難攻不落の壮麗な城として知られています。石垣の下部はゆるやかで簡単に登れそうに見えますが、上に行くほど反り返りが激しくなり、登ることができません。このため、武士はもちろん、身軽な忍者でさえも登れないとされています。

お菓子の香梅では、「誉の陣太鼓」や「肥後五十四万石」「本丸」など、熊本や熊本城に縁のある銘菓を販売しています。パイ生地の上面の重なりが石垣の積み重ねに似ていることから「武者がえし」と名付けられたといわれています。(由来には諸説

パイ生地に美味しい餡と熊本の歴史を秘めた銘菓



近代に入り熊本城の建物の大半が失われましたが、石垣はほとんど当時のままの姿で残っていました。しかし、2016年の熊本地震によって、崩落や沈下などの被害がありました。それでも、熊本城の復興に向けた取り組みは、熊本の人々の心一つにする大切な象徴です。熊本城と素晴らしい石垣の復興を願いながら味わいたい銘菓です。

今日の推薦者

グランガーデン熊本スタッフNさん!



おすすめポイント

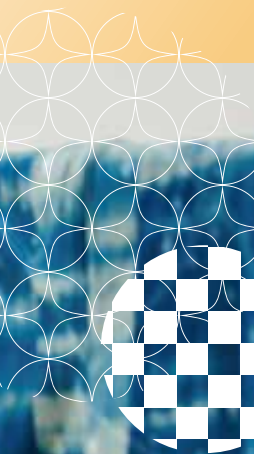
甘さ控えめのこし餡がパイ生地と絶妙にマッチしておいしい! 子供からお年寄りまで食べやすく、お土産に最適です。

販売元

株式会社お菓子の香梅 <https://kobai.jp/>

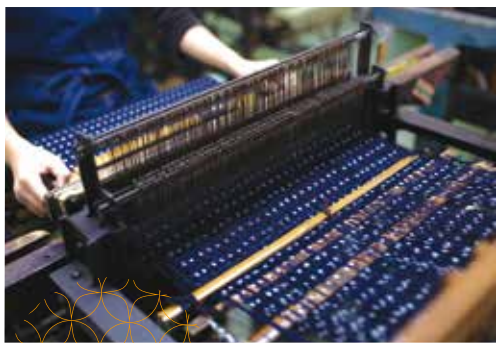
九州熊本から「くつろぎのごちそう」を理念に、厳選した素材から生み出す風味豊かなお菓子をお届けしています。

魅力再発見! わが町の伝統文化 久留米緋



夏は涼しく、冬には暖かい、四季を彩る着心地

福岡県南部に伝わる「久留米緋」は、備後緋びんごがすり伊予緋いよがすりと並ぶ日本三大緋の綿織物です。元々は丈夫で実用的な普段着として各家庭で手織りされていましたが、今から約200年前、井上伝という少女が綿織物の白い斑点模様に着目し、綿糸を括って藍で染め、織り上げて模様を生み出す新しい技法を考案しました。その技法の開発が久留米緋の発展に大きな影響を与え、久留米緋は1957年に木綿製品として初めて国の重要無形文化財に指定されました。



と呼びます。手括りは久留米緋の柄、そして全体の仕上がりや左右する重要な工程で、職人の熟練した技が必要です。糸を染めてから織り上げるまで約3ヶ月、その工程数は30を超える非常に緻密な製作工程を経て完成します。

久留米緋には綿素材ならではの良さがあり、夏は涼しく冬は暖かい着心地が特徴です。日常的に取り入れやすく、優しい風合いのかすれ模様が普段着に素朴な美しさを生み出します。現在では、伝統的な幾何学模様や藍染めだけではなく、モダンな柄やポップな色合いの製品も多く作られており、現代のお洒落に合わせやすい商品展開で変わらぬ人気を博しています。

取材協力

久留米緋協同組合

200年以上にわたり培われた、大切な伝統を守るとともに、品質のさらなる向上と、業界の発展を目指し活動を続けている。

〒839-0809
福岡県久留米市東合川5丁目8番5号
公益財団法人
久留米地域地場産業振興センター 内
TEL 0942-44-3701 FAX 0942-44-3705
URL <https://kurumekasuri.jp/>

