

# 住み慣れた島本町で安心の介護サービスを♪



# Seiryu 清流

広報誌

Vol.21



## 編集後記

新年明けましておめでとうございます。  
 感染拡大の中、今年も無事に新年を迎える事ができました。  
 長期化するコロナ禍ではありますが、このような厳しい状況だからこそ、家族や地域のつながり、人と人とのつながりがより大切なものになってくるのだと思います。そこで今年は一歩も早く明るい話題を共有できるよう、子供の頃に一度はしたことのあるスゴロクで家族と一緒に楽しいひとときを過ごしてみたいはいかがでしょうか？



2022年2月号 Vol.21  
 発行元  
 医療法人 清仁会  
 広報委員会  
 介護部門  
<https://minasehp.jp/>

私たちは、「安心」の二文字をモットーに、  
 地域社会の発展と皆様の健康を守るために  
 よりよい医療・福祉サービスを提供します。

水無瀬病院管理栄養士監修!

# 季節の献立

## 茶碗蒸し

### 【材料(2人前)】

- ・卵 1個
- ・白だし 大さじ1
- ・むきエビ(ボイル・小) 2尾
- ・かまぼこ(5mm幅スライス) 2枚
- ・生しいたけ(5mm幅スライス) 2枚
- ・三つ葉(3cm長さに切る) 適宜

### 【作り方】

- ① 卵を割り入れ、白身を切るように溶く。
- ② 白だし、水150mlを加えあわだてないように混ぜ、ざるでこす。
- ③ 耐熱カップ2個にむきエビ(ボイル)、かまぼこ、しいたけ、三つ葉の茎を入れる。
- ④ ②を静かに注ぎ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で2分10秒加熱し、そのまま1分おいて蒸らす。
- ⑤ ラップを外し、三つ葉の葉をのせる。

(1人前あたり)  
エネルギー 65kcal  
塩分 0.8g



## おせち料理 種類別の意味☆

**数の子**  
子の数が多いので子孫繁栄。

**伊達巻**  
「伊達」には華やかという意味があり、巻物は勉強や知識という意味も。

**ごまめ(田作り)**  
イワシの稚魚を田んぼの肥料にしたところから、五穀豊稔の意味。

**海老**  
「腰が曲がるまで」を意味する。長寿。

**昆布巻**  
「よろこぶ」になむ。

**たたきごぼう**  
叩いてごぼうの身を開くので、開運の意味。地中にしっかり根を張るごぼうは縁起の良い食材とされ、「安定や安泰」を意味する。

**栗きんとん**  
色と「金団」という漢字から金運アップ。

**黒豆**  
「一年中まめに働けますように」という意味で無病息災。

おせち料理の歴史を振り返ると、節といわれる季節の変わり目に神様に収穫を感謝する風習の「せちく(せっく)節供」が起源です。

奈良時代から平安時代にかけて「せちえ節会」として宮中行事となり、「おせちく(おせっく)御節供」が振る舞われ、おせちのもとになりました。そして、江戸時代に五節句が祝日となると、大衆にも民間行事として広まったことで、節句のうち正月料理がおせちとして位置づけられ、現代に近い形に変わっています。

現代では和洋折衷のおせちなどが登場し、おせちは伝統的な料理にとられないものとなりつつありますが、これからも時代に合わせて変化していくのかもしれない。

# 清流祭10周年



今年で清流祭も10周年になりました。新型コロナウイルスの影響でホームページ上での開催となりましたが、たくさんの方にご応募を頂き、多くの反響がありました。詳しくは「水無瀬オンライン作品展」で検索かQRコードで読み込んでお楽しみください。力作ぞろいですよ!!



SEIさん



JINさん



令くん

水無瀬作品展

検索



医療法人 清仁会




QRコードはこちら

**水無瀬病院**  
骨折をして入院する  
2回休み




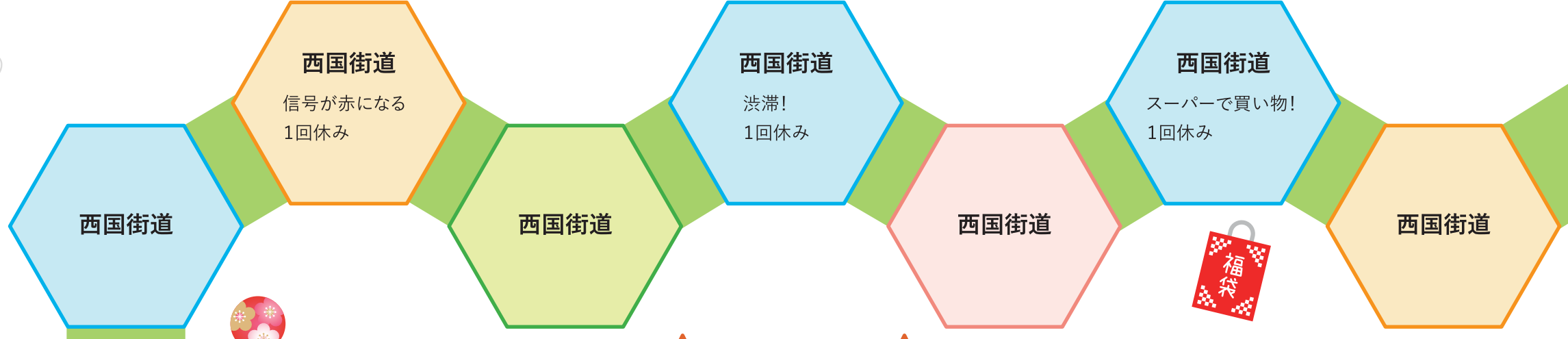

**役場**  
婚姻届を出し  
家族が出来る  
1マス進む!



**若山神社**  
おみくじをひいて  
大吉がでる!  
1マス進む!



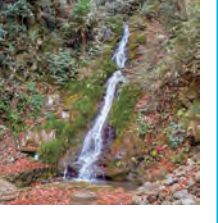
**若山荘**  
骨折が治りデイ  
サービスでリハビリ  
をして元気になる  
2マス進む!

**水無瀬神宮**  
離宮の水を手に入  
れる!  
1マス進む!



**水無瀬の滝**  
鹿と遭遇する!  
大沢の杉まで移動→



**東大寺デイ  
サービスセンター**  
トレーニングをして  
筋力がつく  
2マス進む!



**阪急上牧駅**  
スーパーで買い物  
をする!  
1回休み



**JR島本駅**  
文化資料館に寄り  
島本町の歴史を知る  
1マス進む!



**上牧デイ  
サービスセンター**  
美味しいご飯とお風呂に  
入る  
元気になって2マス進む!



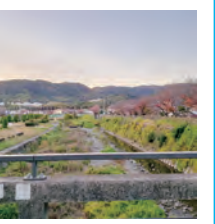
**転倒!!**  
骨折をして水無瀬  
病院に入院する  
水無瀬病院まで  
移動→




**阪急水無瀬駅**  
電車に乗る!  
阪急上牧駅まで  
進む→



**水無瀬川**  
桜が満開になり  
河川敷を散歩する  
花見をする為  
2回休み



**水無瀬ケアセンター**  
ケアマネージャーに相談する  
ヘルパーと訪問看護師が自宅に来てくれるよ  
うになる!安心して生活できるようになった  
2マス進む!



**乙女の滝**  
猿と遭遇する!  
2マス戻る!



**スタート**



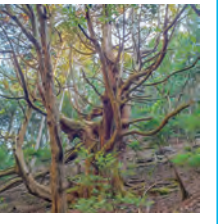
**踏切**がなかなか  
開かず立ち往生  
する  
1回休み



**サントリー**  
工場見学で  
ウイスキーを  
堪能する  
2回休み



**大沢の杉**  
樹齢800年の木を  
見ているとリスに  
出会う  
2マス進む!

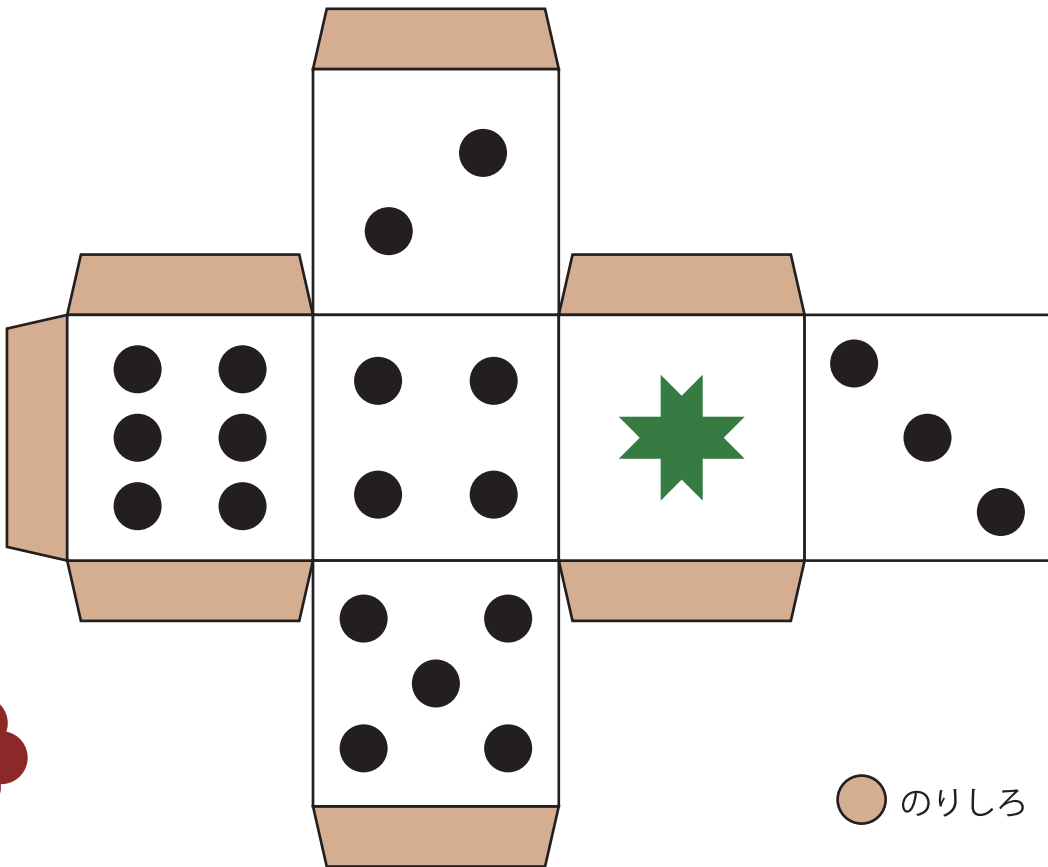
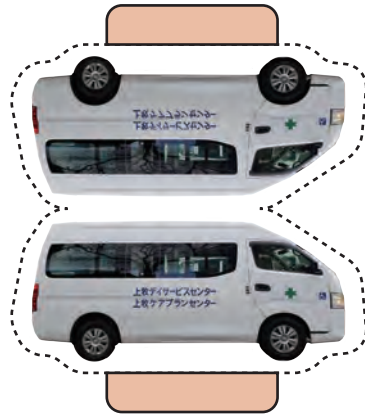
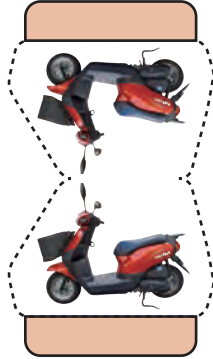
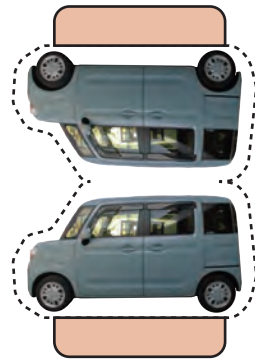
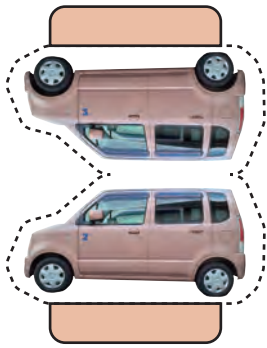


**★はイベント発生!!**  
サイコロを振ってミッションをクリアして下さい。

● 1→おせち料理を3種類10秒以内に言う	● 2→冬の野菜を3種類10秒以内に言う
● 3→冬のお花を3種類10秒以内に言う	● 4→隣の人とじゃんけんをして勝つ
● 5→立ち座り10回	● 6→1分片足立ち

できたら1マス進めるよ!できなったら1回お休み!





● のりしろ

