

# はがまる HAGA 探検隊 第38話 町内の介護施設紹介

### リリーデイサービス



「遊びながら楽しんで運動する」がモットーの地域密着型のデイサービス。

### 芳賀ケアセンターそよ風



毎月1回開催される「美食祭り」が大好評のデイサービスとショートステイ。

### JA はが野すこやか南高



自然に囲まれて、ゆったりとした時間を過ごすことができるデイサービス。

### 而今荘



夜間入浴・選べる食事が自慢の特別養護老人ホーム。毎週水曜日に「而今カフェ」を開催。

### はがの杜



木材をふんだんに使用し、まるで自宅にいるように感じる特別養護老人ホーム。

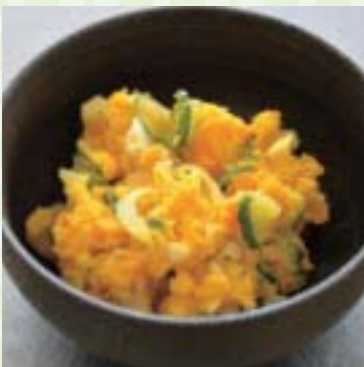
**各施設では随時見学を受け付けています。お気軽にご連絡ください。**

JAはが野すこやか南高 ☎028(687)1777  
 芳賀ケアセンターそよ風 ☎028(677)0690  
 リリーデイサービス ☎028(687)1126  
 特別養護老人ホーム而今荘 ☎028(677)5739  
 特別養護老人ホームはがの杜 ☎028(687)2323

## 食改さんの 自慢レシピ カボチャサラダ

栄養価(1人当たり)  
 エネルギー 169kcal  
 たんぱく質 3.7g  
 脂質 8.4g  
 塩分 0.6g

- 材料(4人分)  
 カボチャ …… 1/4個  
 キュウリ …… 1/2本  
 タマネギ …… 1/4個  
 ゆで卵 …… 1個  
 マヨネーズ …… 大さじ3(36g)  
 塩 …… 小さじ1/4(1.5g)



- 作り方  
 ①カボチャは一口大に切ってラップをして電子レンジで6分ほど加熱する。  
 ②キュウリは輪切りにして塩少々(分量外)を振り、しんなりしたら水洗いして水気を絞る。  
 ③タマネギは薄切りにして電子レンジで1分ほど加熱する。  
 ④ゆで卵は粗みじんに切る。  
 ⑤ボウルに粗熱がとれたカボチャ(皮は外してもよい)とゆで卵を入れ、マヨネーズと塩でカボチャをつぶしながらあえ、キュウリとタマネギを入れて混ぜ合わせる。

## わが家のオンリーワン

あなたのかわいいペットを紹介します。



テトくん(カニンヘンダックスフンド、2ヶ月、オス)  
 小林唯愛ちゃん・颯史朗くん(下高根沢)

テトくんは、ミニチュアダックスフンドよりさらに小さいカニンヘンダックスフンド。とっても小さい体で元気いっぱいお家の中を走り回っています♪

- 応募方法 情報広報係へご連絡ください。  
 ●必要事項 動物:名前・動物の種類名(例…柴犬、三毛猫)・性別、飼い主:氏名(フルネーム)・住所(大字のみ掲載します)・電話番号(掲載はしません。掲載事項に関して確認が必要な場合、係からご連絡します)

# はがの文芸

サークルなどで活躍されている皆さんの作品をご紹介します。

## 短歌

子すずめが連れ立ち降りて啄みぬ  
 芝生に蒔きし古米の粒を  
 佐山 美代子(下高根沢)

道端の小さき地蔵に手を合す  
 杖つき歩く媪を見たり  
 藤沢 久夫(稲毛田)

## 俳句

田一面山までなびく野分かな  
 北井 茂子(東高橋)

不揃いも笑顔で終る盆踊  
 見目 トキ子(東高橋)

## 川柳

家守る人に託した平和の日  
 高松 イク(下高根沢)

数知れぬ出会い拾われる永久の縁  
 磯 エツ子(稲毛田)

飽食の世に馴れし身を省みて  
 戦中戦後の生活思ひり  
 丸山 芳江(祖母井)

微風は小表畑を波うたせ  
 赤銅色の夕陽に燃える  
 山本 妙子(上延生)

稲架禰下校の子等の隠れん坊  
 小松 恵美子(祖母井)

夏座敷風向き変はり田の匂ひ  
 小林 馨(東高橋)

浮き草は川の流りに逆らわず  
 大谷津 眞記子(芳志戸)

全世界頭の良さの背くらべ  
 大島 文子(西水沼)



## あなたの声を聞かせてね! お便り待ってます!

●身近な出来事や町に関する要望・意見

### 高松イクさんからの投稿

生涯学習友の会では、夏休み特別講座として8月18日(土)、子どもたちと一緒に齊藤恵子先生の指導による絵手紙体験学習を行いました。先生の丁寧な指導で思っていたよりスムーズに書くことができ、一人一人特徴あるすてきな絵手紙が出来上がりました。「夏休み 初体験の 笑顔見え」

### 生きがいサロンスタッフ 駿河富夫さんからの投稿

～人生いろいろ談義～  
 昨今、新聞等で知る言葉「いよいよ人生100年時代」。しかし、100年生きる事は大変な努力、気力、体力が必要である時ふと目にした言葉で「学び続ける。学ぶ事を止めたら教える事を止めなければならない」と書かれていました。同感です。いくつになっても教える事は学ぶことからのスタート。人生100年、元気で楽しく生きる事は、生涯学ぶ力を継続させる事かと思えます。高齢化の時代。認知症予防の一助として「学ぶ」ことを考えてみませんか。



大塚久子さん(西高橋)



高松イクさん(下高根沢)

### しあわせ グルメ

渡辺 潤さん(下高根沢)おすすめ♪  
**麺屋 一里**  
 一番人気は、醤油ら一麺!そこに鶏飯のついたセット(830円)もあります。鶏飯は醤油ら一麺のスープをかけて食べるのがおすすめ♪

<Data>  
 芳賀町大字下高根沢3919-414  
 ☎028(677)5719  
 営業時間: 11:30~14:00  
 17:30~20:30  
 ※スープがなくなり次第、終了  
 定休日:月曜日

▲醤油ら一麺+鶏飯セット



梶月さん(稲毛田)



鈴木モコさん(西高橋)