花の苑タイムズ

平成２９年 １月１０日 発行
第２８号

〒370-0002
高崎市日高町433-1
TEL：027-329-7211
社会福祉法人健生会
特別養護老人ホーム
高崎花の苑広報委員会

2017年（平成29年）が幕開け

開設丸3年の佳節　3号館完成へ

（高崎観音山公営駐車場）

１月１日初日の出を撮影（高崎市役所展望ホール）

二〇一七年が開幕しました。皆様、新年おめでとうございます。

高崎花の苑は本年四月で開設丸三年の佳節を迎え、同時に三号館（入所二九床、短期入所十床）がオープン致します。

関係者の皆様には本年も倍旧のお引き立てをよろしくお願い致します。

「三号館上棟式」

高崎花の苑三号館完成に向けて一月十七日、関係者が集まり上棟式を行いました。

交流イベント

十二月度交流イベントは、五組のボランティアグループが来苑され、賑やかに楽しくイベント行事が行われました。

来苑されたのは、ほほえみ会（舞踊）、みやまハーモニカクラブ（ハーモニカ演奏）、なかよしクラブ（マジック）高林優様（民謡教室）、秋桜カラオケ教室（移動カラオケ教室）の皆様です。

このうち、カラオケ教室では「クリスマスカラオケ大会」と題し、来苑された皆様にご利用者が合流して自慢の喉を披露していました。（写真）

ボランティアグループ紹介

（グループプロフィール）

平成二十八年度高崎市福祉ボランティア顕彰（団体の部）にこのほど決定した同クラブは、平成八年にマジック愛好家が集まり発足。高崎市北公民館を練習会場に、現在月平均四か所の慰問訪問（学童保育や老人介護施設など）を行っている。

メンバーは十五人で、ほとんど職業退職者で占めている。

（会長さん紹介）

現会長の高木透さんはサラリーマン定年退職を経て、四年前から地域の区長仲間に誘われ参加。マジックの奥深さにすっかり嵌ってしまったとのこと。現在会長さんの悩みは会の高齢化。会を発展させるためにも少しでも若返りを図りたいと考えているそうです。

（写真はマジックを披露する会長の高木透さん）

（会長さんより一言）

「花の苑の皆さんにはいつもお世話になっています。これからも、新しいネタと技を習得して、入所者の皆さんと職員の方に喜んで頂きたいと思っています。」

季節折々の歌

●晴れやかな　日の出を告げる　羽ばたきに
干支代替り　申から酉に

●初詣　それは無理かと
代参を　お札に願う
明日の健康

●下駄音に　羽織袴の
伊達姿　友の年始は
我が家一番

（秀峰）

すこやか生活日誌

冬に多く収穫されることから「鱈」と書いて「たら」と読みます。他にも季節を表す漢字で表記されている魚を調べてみました。「鰆」でサワラ、「鰍」でカジカ、「鮗」でコノシロ。また、日本で作られた当て字で「魚夏」でワカシと読むこともあるそうです。

魚肉は食肉と違い「旬」があるのが特徴。「脂のった魚」などと言うように、季節により水分や脂質が変動することが多いです。

そのほかの注目成分として脂肪酸であるEPA（イコサペンタエン酸）やDHA（ドコサヘキサエン酸）は血中のコレステロール値を下げたり、血栓の形成を押えたりする作用を持ち、生活習慣病予防効果が期待されています。

（管理栄養士）