

こすもす通信

第59号

2021年5月発行

発行者：社会福祉法人ならやま会

ホームヘルプステーションこすもす

住所：奈良県奈良市奈良阪町 2532-3



TEL：0742-24-8119

FAX：0742-24-8120

☆ひとこと☆

今年の春はコロナ禍の中、春の行楽を楽しむことも出来ないままに去ってしまい、例年になく早い梅雨入りになりました。

梅雨も農産物に恵む雨ならば、気持ちを切り替えカラフルな雨傘や雨靴で楽しむとか思えそうですが、被害が出るほどの集中豪雨は本当に困ります…

雨の降り方の調整は、人間にはどうしようも出来ない事で神様の領域なのでしょう。豪雨や台風の低気圧を水不足の地域に適度な雨を降らせる様に変化させて、後は消滅させるとか出来ないものでしょうかね…アイデアは色々出ますが非現実的みたいですね(^^;)

今年はどうか大きな天災・災害がありません様に!!と、祈るばかりです。

コロナ禍の中で、何か自分なりの楽しみを見つけて身体と心の健康を保つ事が重要だとつくづく実感するこの頃です。

コロナで暮らし方が変わって来て、大切なものも変わったのではないのでしょうか。外に目を向けていたのが内になり、家族の大切さや内面の美しさに目が行くようになったと思います。本物の良さや心の美しさはじっと立ち止まらなると分からない事が多いなあ(*^-^*)とりあえず立ち止まって、断捨離を頑張ろうと思うこの頃ですが…断捨離って難しいです(笑)

令和3年5月吉日

岡部 文代

コロナ終息後に一度は行っておきたいお店ベスト3

1位:くるみの木

空間コーディネーターとしても知られる石村由起子さんは、1984年に雑貨店を併設したカフェ「くるみの木」を開業しました。おもてなしの心で作っているランチや自家製のデザート、そして器や果実酒の並ぶ空間が広がり、多くの人々を魅了し続けています。また緑深い敷地内には、生活道具や食材が並ぶ「カージュ」、着心地の良い服や小物が並ぶ「ノワ・ラスール」の2つのショップと、ケーキ工房が併設されています。行列覚悟でぜひ行ってみてください。

2位:ほうせき箱

餅飯殿のセンター街にあり、かき氷で有名ですが、茶がゆや葛を使ったスイーツなども提供しているほうせき箱。ほうせき箱のかき氷の特徴は、食べた後のキーン!!とする感じがしないように氷の温度を調節していたり、通常のかき氷には甘いシロップがかけられていますが、「エスプーマ」という食材をムースのような泡状にする手法を取り入れています。

3位:志津香

奈良で50年以上営業を続けている釜めしで有名なお店です。注文後に職人がひとつずつ炊き上げる釜めしは、こんぶと鶏ガラをベースにした出汁の味が絶品です。四季折々の食材を使った釜めしが提供され、春は山菜・秋は栗やマツタケ・冬は牡蠣など、季節ごとに訪れたいと思うバラエティの豊富さも魅力です。

[春の豆知識]

[豆知識1] 東京の開花宣言に使われる桜は!?

靖国神社にある1本のソメイヨシノに5~6輪花が咲けば、開花宣言となります。日本の各都道府県に1本ずつ決められている「標本木」という桜で、開花しているかを確認します。標本木はすべてソメイヨシノです。開花と満開の見分け方は次のとおり。

- ・開花：5~6輪花咲いた状態
- ・満開：8割以上開いた状態

[豆知識2] 桜の枝はなぜ折ったらダメなのか!?

「桜切るバカ、梅切らぬバカ」ということわざがあります。このことわざの意味は、桜の枝はそのままの状態では切らないほうが、半球の形をした綺麗な姿になると言われています。一方、梅は枝を切ってやらないと立派な花を咲かせないし、実をたくさん収穫することも出来なくなるんです。ことわざは先人の知恵ですが、実際に桜の枝を切ると、切り口が腐って

しまつて、桜の木に勢いがなくなるそうです。だから、桜は「切る」「折る」は、ダメで「桜切るバカ」となります。

[豆知識 3] 桜の花には毒がある!?

桜の葉にはクマリンという毒があります。

クマリンとは、雨の日などに葉が落ちることで毒をあたりにまき、雑草が育つのを防ぐ役割があります。つまり、桜以外の植物を周りに生えないようにして、地面の養分を独り占めしようとしています。桜は綺麗ですが、意外に腹黒いです・・・(笑)

人体には悪影響はありませんのでご安心を!!

[豆知識 4] 春に咲く花には黄色い花が多い!?

チョウやハチなどの昆虫や小鳥たちは、黄色い花に誘われやすいという理由から、春に咲く花には黄色が多いそうです。黄色い花に、命の喜びやエネルギーを感じるのは、このような理由からかもしれません。

[豆知識 5] 春に眠たくなるのはなぜ!?

春になると、こっくり、こっくりと、ついまぶたが重くなります。春にうたた寝が多いのは、気候がいいことだけが理由ではないようです。一説によると、冬眠から目覚めたために生じる反動だそうです。私たち人間は冬眠はしませんが、**体の方は冬眠する体勢に入っている**のです。たとえば、冬になると人間の毛細血管は、他の季節のときに比べて縮まります。これはエネルギーの消費を抑え、蓄えることで、冬眠に備えようとするものです。そして、春が来るとその体勢が解除され、毛細血管が全開になり、エネルギーがどんどん供給・消費されるようになります。その疲労のために、春先は特に居眠りしがちになるのだそうです。この私たちの体の冬眠現象は、ヒトに進化するずっと以前の、まだ冬眠の習性があったころの名残と言われています。

[豆知識 6]小学生のカバンはなぜランドセルというの!?

海外の方が、子供に日本の観光土産品として、ランドセルが人気ようです。さて、小学生が背負っているランドセルですが、江戸の幕末にお侍さんが荷物を運ぶために、背負いカバンをオランダから取り寄せたのが、始まりと言われています。

オランダ語で背負いカバンのことをランセルと言っていました。そのうちにランドセルに変わりました。日本でランドセルが、一般に広まったのは、1887年(明治20年)で、当時皇太子だった大正天皇が、小学校(学習院初等科)に入学することを祝って、伊藤博文が、革のランドセルを献上したことで、日本中に広まっていきました。

♪気軽に相談してね♪

ヘルプステーションこすもすでは、サービスを受けられるご本人やご家族と話し合いながら、利用者さん一人ひとりにあったケアプランを作成し、ヘルパー派遣をさせて頂いております。まずはお気軽にヘルプステーションこすもすまでご相談下さい。



～こすもすからのお願い～

次月の予定は、当月15日までにお申し込み下さい！！

ご協力よろしくおねがいします(緊急の場合は除く)

～～編集後記～～

- ・ **自分たちが出来ることを精一杯頑張ります!!**

第59号担当 菅原・奥野