

オキドキニュース 四月号



二十四節季

清明(せいめい) 4日 清浄明潔の略といわれ、南東風が吹くよき季節。

穀雨(こくう) 20日 穀物を育てる雨が降り、芽を出させるという意味。

おやつ喫茶

三月七日(月曜日)、食堂にて入所ご利用者様を対象に「おやつ喫茶」を催しました。ふだん召し上がる「おやつ」とは一味違い、職員もウエイター、ウエイトレスの装いに着替え、あらかじめ皆様には、メニューの中からお好きな「おやつ」・「飲み物」を選んで頂き、職員が注文の品を席まで運び召し上がっていただきました。皆様には、多少なりとも喫茶店の雰囲気味わってもらうことができたようで、楽しい催しとなりました。



「外出」のお勧め

ご利用者の皆様にも、自然の風、春の香り、花々の精気を感じるためにも「外出」の機会をもうけて頂きたく、ご家族の皆様のご協力をお願い致します。オキドキ近隣にはスーパーやファミリーレストランなど、ご利用者様と外出時に立ち寄ることが出来るような商業施設があります。また、都立秋留台公園は春には桜・秋には紅葉と四季折々楽しむことができます。ご利用者様と一度寄られることをお勧めします。

※車椅子ご希望の場合は、事務所に声をかけて頂ければお貸し致します。

左記の場所は「外出」時の近隣のご案内です。参考にして下さい。

- ・都立秋留台公園 (車で約十分)
- ・イオンモール (車で約五分)

また、土曜、日曜、祝日は一階デイルームに「喫茶コーナー」を設けておりますので是非ご利用ください。

「当地グルメ(千葉県)」

「山家(さんか)焼き」

千葉県房総半島の海ではアジ、イワシ、サシマなどの魚が沢山獲れたため、漁師たちは獲れた魚を船の上で3枚におろし、ネギ、大葉、シヨウガなどと、更に味噌を入れたものを「なめろう」と言います。その「なめろう」を漁師たちが山仕事に行くときに、アワビの殻に「なめろう」詰めて持っていき、山小屋で蒸したり、焼いたりして食べました。山の家で食べた料理というので、この料理を「山家(さんか)焼き」と呼ぶようになりました。

「のらぼう菜」

「のらぼう菜」という春の野菜をご存知ですか？近頃、知名度は少しずつ高まってきましたが、まだまだ知られていないのはごく一部です。西多摩の春の訪れを告げる特産の地野菜。まさに今が旬の「のらぼう菜」を今回、紹介します。

「のらぼう菜」はアブラナ科の野菜。かき菜に似ていますが、味にくせがなく、シャキシャキとした食感と茎が軟らかく甘いのが特長で、花の蕾が伸びてきたら、開花前に長さ二十センチ位で、茎を刈り取って収穫して食べます。

「のらぼう菜」が、この地に広まったのは、江戸時代の一七六七年、幕府代官の伊奈備前守が、地元の名主小中野四郎右衛門と網代五郎兵衛に命じ、五日市村を含む幕府の直轄領の十二ヶ村に「のらぼうの種」を与えて植え付けさせたのが始まり、江戸時代(天明、天保)の大飢饉の際に、多くの村人の命を救ったことが、子生神社に立つ石碑に刻まれています。この業績を記念して「野良坊菜之碑」が昭和五十二年に建立されています。今月の献立には地野菜「のらぼう菜」をお出ししますので「賞味下さい」

介護保険証更新手続きはお早め！

ご利用者のお住まいの区市町村から、有効期限二ヶ月前に介護保険証の更新手続きの書類が郵送されます。同封されている「介護保険(変更・更新)認定申請書」に必要事項を記入の上、速やかに区市町村に提出下さい。

更新手続きが遅れて、認定有効期限が過ぎていますと、要介護度が決まらないために、「保険請求」「利用料請求」今後どのようにされるのかなどの支援が出来かねます。

尚、介護認定の結果「要支援」と認定された場合は、介護保険上、入所の継続が出来ず退所となりますので、「介護保険更新手続き」は、必ず期限内にお願いします。

業者洗濯を利用されている方々へ

三ヶ月分の洗濯代滞納になりますと、業者洗濯の利用が出来なくなります。毎月請求書に同封しております、業者の振込用紙にてお近くの「い」で期日までにお支払い下さい

総務課より

利用料のお支払いは、毎月十五日迄にお願いします。窓口での支払いは午前九時～午後四時の間、年中無休です。

4月6日昼食に提供!



写真はあくまでイメージです。