

寿寿たより

2022年5月号



クレープ注文中！
楽しみ♡



おっきい～！



介護付き有料老人ホーム 寿寿ーことことー
編集責任者 米田 豊

夏も近づくハ十八夜♪

二〇二二年は
五月二日がハ十八夜

ハ十八夜って!!新茶を楽しみたい!!茶摘み体験談!!

立春から数えて88日目を「ハ十八夜」といい、2022年は5月2日(月)です。この頃は春と夏の変わり目で、気候が暖かく穏やかに。また、稲の種まき準備や茶摘みのシーズンになりますね。

ハ十八夜の頃の霜を「ハ十八夜の別れ霜」と呼び、これ以降に霜は降りなくなつて、気候が暖かく穏やかになると言われています。「夏も近づくハ十八夜」という文部省唱歌『茶摘み』の歌詞の通り、ハ十八夜は新茶の芽を摘む時期。稲の種まきなど農作業の準備を始める目安にもなってくるそうです。また、「ハ十八」を組み合わせると「米」という字になることや、「ハ十八」は末広がり縁起がよいことから、豊作祈願の行事や夏の準備を始める吉日とされているようです。

ハ十八夜の頃はまさに新茶の季節!この時期のみずみずしい新芽を摘んで作られたお茶のことを新茶(一番茶)と言います。一番茶から約50日後に摘んだも

のは二番茶、地域によっては三番茶や秋冬番茶を摘むところもあります。新茶は二番茶に比べて栄養も優れ、おいしさも格別なんですって。ハ十八夜に摘まれた新茶を飲むと病気にならない、長生きするなど、縁起のよい言い伝えもあります。実際、新茶は二番茶に比べてカフェインやカテキンが少なく、テアニンという旨味成分が豊富に含まれていて、リラックス効果が期待できると言われています。旨味と渋み、苦味のバランスが優れているのも新茶。栄養もおいしさも優秀な新茶を旬の時期に味わいたいですね。

そして、なぜ今回ハ十八夜について紹介しようと思ったのか:それは今年のハ十八夜に、私相談員が初めて茶摘み体験をしてきたからです!もちろん収穫した生葉はお茶にしましたよ。まず摘んだ茶葉を蒸して、ホットプレートで加熱しながら手揉みします。熱いので軍手着用しました。何度か繰り返しと部屋中お茶の香りが「ふわ〜」早速お茶を入



手もみ中



新芽を摘みます

茶摘



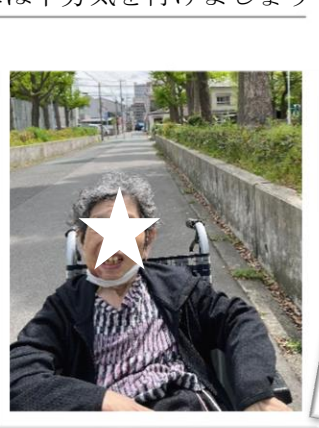
歌詞の意味

茜襷(あかねだすき)とは、茶摘み娘が肩から掛けている茜色のたすきのこと。
「たすき(襷)とは和服の袖や袂が邪魔にならないようにたくし上げるための紐や布地のこと。
スゲ(菅)はカヤツリグサ科に属する多年生の草本で、笠や蓑(みの)、注連縄(しめなわ)などに用いられる。

MIYAKOJIMA



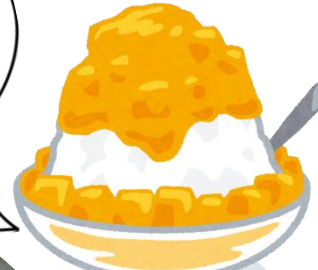
4月上旬には満開だった桜も早々に散り
深緑の季節になりました。
北海道ではGW中に桜が開花したそうで
すよ！まさにこれからが春本番なのかもしれ
ないですね(^^)/
大阪では夏日の日もあれば肌寒い日もあり
ますので、体調には十分気を付けましょう！



キッチンカーが来た！
「パンダムーチョコカフェ」さんが寿寿
前で出店してくださいました(^^)/
もちろん今回も一般の方にも購入
していただけるように♪
沢山あるクレープとかき米
のメニューの中から
お好きなものを注
文してパクリ！
色とりどりの
メニューに
ワクワクしましたね★



暖かい日だったので
かき米も人気でした★
お休みの職員の姿も
ありましたよ♪



「気持ちいいわ〜」
「こんなん初めて
してもらいますよ」



「幸せな時間やね！」
「ほんとほんと！」

今回もうれしいお声が
沢山でした(^^)／



フェイシャルマッサージ



今回もボランティアの皆さん
に来ていただきました！このご時世、施設に
出向いて下さる方には本
当に感謝ですよね。



4月生まれのお2人

HAPPY
BIRTHDAY

キミエ様
100歳

澄子様
85歳



5月

菖蒲湯

母の日イベント

ケーキの振る舞い