



猪股理事長とミズノ(株) ライフスタイルスポーツ事業部 中島隆雄事業部長の握手写真

生涯にわたり食事、入浴、排せつに介助を必要としない生活。介護付有料老人ホーム、ヴィンテージ・ヴィラを経営する神奈川県住宅供給

### 『生涯自立』目指し 住宅供給公社がミズノと提携

高年齢者の寝たきり、うつ病、認知症などを予防するためウォーキングの歩数と活動強度に着目。一人一人の運動量を的確に把握する取り組みを開始しました。

「食事では、3食召し上がった。いただいた際の1日の五大栄養素などを計測し始めている。さらにこの運動プロジェクトで筋肉を付け骨密度を上げ、生涯自立で元気に過ごしていただきたい」と同社の猪股篤雄理事長。将来はこのプロジェクトを、公社賃貸住宅居住者にも広げたいといっています。



皆さんの前で、一匹ずつ紹介

# わかば通信

発行元: わかば通信舎 2017年8月1日発行



犬との触れ合いを通し、精神的な不安や心の痛みをやわらげることを目指しています。5月19日、横浜若葉台にある介護付有料老人ホーム(入居時自立)ヴィンテージ・ヴィラ横浜に7匹

## 素敵な住まいで、将来の安心も

### ヴィンテージ・ヴィラ横浜

介護付有料老人ホーム 入居時自立  
横浜市旭区若葉台4-26

見学随時受付中

75歳お一人入居の場合  
入居一時金...2,974万円~ 管理運営費...月額102,600円  
あんしんサポート費...689.04万円 健康管理費...月額8,640円

神奈川県住宅供給公社  
0120-428-660

のセラピードッグが訪れ、入居者の皆さんと交流しました。最初に、ワンちゃんたちを1匹ずつ紹介。シーズーやダックフロント、プードルまで、みんなほえたりせずトレーナーに抱かれました。その後、集まった人々の間を回って触れ合いました。頭をなでてもらう犬、やさしい声で話しかけて笑みながらワンちゃんの背をなで続ける方も。時間が来て、ワンちゃんたちのお別れのときには、皆さん、寂しそうにしています。「触れ合ったあとの笑顔が素晴らしい。表情がまったく違いますよ」と話すスタッフも。セラピードッグとの交流は、入居者の皆さんにとって得がたい体験になったようです。

## 無料相談会開催

8月5日(土) 10:00~17:00  
8月6日(日) 10:00~17:00

会場 長津田総合法務事務所  
横浜市緑区長津田5丁目1番12号  
☆JR横浜線・東急田園都市線「長津田駅」より徒歩1分

司法書士法人 長津田総合法務事務所

家族のための「相続対策」「相続手続き」「遺言書」  
老後の安心設計「任意後見」「生前贈与」

0120-52-8349

## KARADA factory

カラダファクトリー

カラダファクトリー スーパービバホーム長津田店2F  
ご予約受付 ☎045(482)3565

## 整え得! キャンペーン中

美容整体コース

超骨盤シェイプアップコース 1,980円(税込)  
小顔コース 1,944円(税込)

## みんなの掲示板

- ★わかば納涼まつり 8/11(金)、12(土)、13(日) 15:00~21:00
- ★わかばビアホール 8/5(土)、6(日)、19(土)、20(日) 15:00~20:00
- ★ギターで綴る昭和の歌 8/20(日) 14:00
- ★ゆっくりノルディック 初心者向け。10~3月原則第1金曜。14:00~15:20
- ★水彩画教室「ラ・メール」生徒募集
- ★語り部による「戦争体験を語り継ぐ集い」
- ★野菜作り~種まきから収穫まで体験しよう
- ★野郎子メゾソプラノ & 金澤亜希子オルガンデュオコンサート

編集部のつぶやき  
暑さに参っている中、「お茶碗との出会い」の青木先生から、ガラスのお茶碗の写真が届きました。涼しげです。日本人の知恵を感じました(snow)

広告・掲示板へのお申し込みはこちら!  
広告掲載料 4,000円~ 広告製作 1,500円~

**老後の明暗を分ける？**  
**「法定後見・任意後見」**

高齢になると、記憶力が低下するのは避けられませんが、場合によっては判断能力も低下し、認知症になってしまいうることも。85歳以上の4人に1人程度が認知症とも言われます。

本人の判断能力が低下すると、後見人が必要となる事態に陥る場合があります。もし何らかの後見に関する備えがない場合「法定後見制度」により、弁護士や司法書士が、家庭裁判所から一方的に成年後見人に選任されることがあり、以後本人が亡くなるまで、子供でさえも

産管理が許されず、後見人の費用が毎月発生し、経済的負担も重くなります。

それに対し、任意後見の手続きさえしておけば、後見人は本人の希望どおりの人が、家庭裁判所より選任され、法定後見のような不都合が生じなく、子供等が後見人となることにより、基本的に費用も無料となります。いざという時のために、「任意後見」で備えをしておくことがとても重要です。

司法書士法人  
 長津田総合法律事務所  
 司法書士 高橋 欣也  
 (連絡先は後ろページ)

手軽でおいしい！お菓子のレシピ

#48 くず桜

夏になると、目にもさわやかなお菓子が好まれます。桜の葉のほのかな香りとプルプルとした触感が涼しさ呼びます。



〈江藤雅子お菓子サロン〉  
 問い合わせ ☎045(921)9056

【材料】12個分

- くず粉..... 70g
- 水..... 400ml
- 砂糖..... 110g
- こしあん..... 240g
- 桜の葉の塩漬け..... 12枚

【作り方】

- ① 桜の葉は、15分ほど水につけて塩抜きする。こしあんは12等分して丸めておく。
- ② ボウルにくず粉と水を入れ、指先でかたまりをつぶし、砂糖を加え泡立て器でよく混ぜ合わせる。こして鍋に入れる。
- ③ 鍋を中火にかけ、木ベラで透明になるまで練る。
- ④ ラップを切って(15センチ×15センチ)広げ、③を大さじ山盛りほどに取り、少し広げてからあん玉を置き、茶巾に絞って輪ゴムでとめる。
- ⑤ パットに水をはり、④を入れて冷やす。固まったらラップをはずし、とじ目を下にして桜の葉の上に載せる。または、桜の葉の裏を外側にして巻く。網の上で冷ます。

アロマセラピー&カウンセリングサロン  
 Re\*ether ~リエーテ~

想像以上の気持ちよさ！  
 「足や肩が軽くなった」、「肌のトーンが明るくなった」  
 ...うれしいお声をいただいております♪

トラバスティー はじめました！

TVでも放映され、いま話題の「目の温泉」。  
 手作りのギーオイルで瞳もうるうるに。  
 目の疲れを癒します。

30分

3,000円

ボディトリートメントか  
 フェイシャルスパとの  
**お得なセット価格→2,000円**

60分

5,500円~

サロンは若葉台4丁目にあります。お気軽にどうぞ。

アロマセラピー&  
 カウンセリングサロン  
 Re\*ether  
 ~リエーテ~

TEL 045-877-0208

11:30~22:00  
 横浜市旭区若葉台4-13

若葉台 リエーテ 検索

美味しい野菜を作りましょう！

家庭菜園  
 ドミタス・ファーム

利用者募集中!!

市内に18カ所の家庭菜園を運営。若葉台の近くに4つの菜園があり100人以上の方が野菜作りを楽しんでいます。

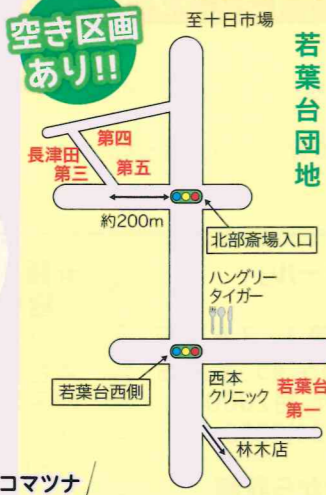
設備が充実

- 上水道(飲めます)完備!  
夏冷たく冬暖かい
- 農機具が無料で使えます!
- 冷蔵庫・薪ストーブ完備!  
(休憩所にあります)
- 駐車場あり

自分で育てた  
 野菜の味は格別!!

スタートは秋冬野菜!  
 ハクサイ、キャベツ、ブロッコリー、コマツナ  
 春まで楽しめます

ドミタス・ファーム 横浜市青葉区しらとり台57-23-206  
 Tel.045(983)6233 Fax.045(983)7158



今回は、夏に合わせて「瑠璃霞木立文」冷茶碗を取りあげました。「瑠璃」はガラスの古名で、作家は江戸切子で江東区無形文化財に登録された二代目須田秀石さんです。

ガラスの碗は、正倉院宝物の中に異彩を放つ白瑠璃碗があり、六世紀以前イラン付近で作られ中国を経て伝わった物のようです。ガラスの茶道具は明治以降、わが国からヨーロッパへ注文し、水指・鉢が作られました。

お茶碗との出会い(五) 青木宗温



江戸で始まった江戸切子は180年程前の天保5年頃その技法が始まったと言います。明治15年英国人エマヌエル・ホーブトマン氏が招かれ数名の日本人が指導を受けました。秀石さんは、その中の一人大橋徳松さん直系のお弟子さんです。

真夏に眺める冷茶碗は、ガラスの持つ透明感に涼しさを感じお茶を頂く時、掌にすっと落ち着き、ほっと一息清涼感を味わえます。

~こんにちは! 私たち Shion 写真館です~  
 普段着の笑顔♪  
 あなたの街で出張撮影会を行います。



撮影会場 青葉台レンタルスペース  
 横浜市青葉区青葉台1-15-31  
 毎月第二水曜日開催 10時~15時  
 お一人様 4,800円(税込)  
 3ポーズ各1枚 L版サイズ写真がつかます。  
 別途1,500円(税込)でデータDVD販売も行ってあります。

東京・神奈川・埼玉・千葉の訪問撮影  
**しおん写真館**  
 TEL 03-6869-9171  
 Mail info@photo-shion.com  
 「しおん写真館」で検索  
 または http://photo-shion.com

**ニューオープン**  
 ヘアサロン  
**Be-one**

カット ¥1,100  
 男女ともえりり付き

トータルコース  
 カット、シャンプー、シェーブ、セット付き  
 大人...¥2,000  
 シルバー(60才以上)...¥1,700

※その他のメニューもあります。  
 (すべて税込み価格です)

街の床屋です

TEL 045-511-8899  
 9:00~19:00 年中無休(年始を除く)  
 青葉区青葉台1-14-1

「ダイニング春」で  
 楽しくお手伝い!

「おはようございます!」  
 オープン前の薄暗い店内へ入り、明かりのついた厨房にやさつ。そこには仕込みの匂いが立ち込めている。  
 ダイニング春のお手伝いを始めて数カ月過ぎた。

まわりは私の母親世代の方で、「塩加減はどう?」「あまり濃いと身体に悪いしね」、和やかな雰囲気の中で調理。「春」の定食は季節の野菜をたくさん使った和食中心のおふくろの味。週半ばでメニューが変わるが、続けて来てくれる常連さんもいて午後1時過ぎには売り切れてしまう。

お客さんが落ち着く頃には私の腹時計も鳴り始め、晩御飯のおかずは何にしようかなとぼんやり考え、春のメニューを参考にすることもしばしばなのである...

スッキリきれいにして  
 涼しい夏を過ごしましょう!

**エアコン  
 クリーニングキャンペーン!**

税別  
**1台7,800円~**

県内ハウスクリーニングランキング1位の  
**神奈川ハウスクリーニングセンター** ☎046-888-3897  
 営業時間 8:00~19:00  
 http://khc-center.flips.jp/

**介護スタッフ募集** 週1日~勤務OK!

時給 960円~1,130円

- ・土日祝手当(+30円)
- ・夜勤手当あり(6,000円/回)
- ・日勤のみ・夜勤のみOK

職場見学も歓迎です!  
 働き方ご相談ください。

受付  
**045-922-6588**

〒241-0802 横浜市旭区上川井町2911-5  
 sky-earth@mj-care.co.jp  
 グループホーム  
 認知症対応型共同生活介護  
**青い空と緑の大地**