

機能訓練を兼ねた外出レク強化 「深大寺」

今月の外出レクは少し遠出をして調布市にある深大寺まで行ってきました。

6月8日に気象庁から関東甲信地方の梅雨入り宣言されましたが、皆様の日頃の行いのおかげでしょうか、外出した8日・9日は両日共に雨は降らず、ゆつくりと観光することができました。



深大寺本堂前にて

深大寺と言えばお蕎麦がとて有名で、周辺には蕎麦屋さんがなんと20店舗ほど軒を連ねています。昼食はその中でも老舗の「元祖 嶋田家」、「雀のお宿」で名物のお蕎麦を堪能しました。



調布市は漫画家の水木しげるさんが50年近く住まれた第二の故郷という事で、ゲゲゲの鬼太郎にちなんだ像やお店などが深大寺の門前に並んでいました。



駅弁紹介

「平泉」弁当

2011年に岩手県平泉が世界遺産に登録されたことを記念し、地元一ノ関駅の駅弁調製元「あべちう」が、「平泉」弁当を発売した。



緑豊かな境内をしばらく散策した後、甘味処で水車や金魚の池など自然が織りなす景色を見ながら休憩をとりました。小旅行にきた気分を味わえたのではないのでしょうか。皆様とても楽しんでました。

「あべちう」は、岩手一関駅の開業とともに創業した老舗の弁当屋である。「平泉」は、ウニとアワビという高級食材が2つも入った豪華なお弁当。まさに、奥州藤原氏の絢爛豪華な世界観が感じられる。蓋を開けると、蒸しウニをふんだんに散りばめた主役のご飯が目に入る。その横にはもう1

東西南北

G7広島サミットに向けての岸田首相のメッセージ抜粋（開催以前）

5月19日から21日に、私の地元、広島でG7サミットが開催されます。広島は、緑豊かな中国山地と、静かで波平らかな瀬戸内海に囲まれた美しい街です。私自身、G7各国のリーダーを広島で地でお迎えできることを楽しみにしています。世界の注目が集まる本年を通じて、日本各地が織りなす景色や伝統文化、食、そして最先端の技術まで、わが国の魅力を世界に向けて発信する機会が到来します。

今日国際社会は、コロナ禍に見舞われ、また、国際秩序を根幹から揺るがすロシアによるウクライナ侵略に直面し、歴史的な転換期を迎えつつあります。力による一方的な現状変更の試みや核兵器による威嚇、その使用を断固として拒否し、法の支配に基づく国際秩序を守り抜く。G7議長として、議論を牽引し、こうしたG7の強い意志を歴史に残る重みを持って、力強く世界に示したいと考えています。

また、G7議長年は、次世代の若者たちや、そのまた次の世代の子供たちが世界の課題に目を向け、行動する貴重なきっかけにもなります。明日の日本と世界の舵とりを担う彼らが、色々な場所と趣向で交流を深め、共に学び、サミットを体感できるような機会も用意します。

◆編集委員会より
 「あおい通信」は皆様からの原稿を募集しています。また、「お店探訪」のインタビューや「外出レク」の参加者も募集中です。 係員・村上



つの主役、アワビのスライスや定番の煮物や漬物が彩良く詰められていて、大満足の内容となっている。しかし残念なことに「あべちう」が2020年より休業しており現在は手に入らない。是非とも復活を期待したい。



「平泉」うにごはん
 平泉といえば中尊寺金色堂。それをイメージして地元の斎藤松月堂が作った弁当である。小箱の中にはウニがぎっしり敷き詰められている。ふわふわのウニは見るからに贅沢。ほのかな磯の香りは、ウニのしつかりした風味を引き立てている。脇を飾るのは、紫蘇わかめと錦糸たまご、そしてイクラ。彩りも良い贅沢なお弁当だ。こちらは一ノ関駅で購入可能1個1600円（税込）

葵の一コマ

曜日毎に好きな野菜や花の種や苗を買いに行き、曜日毎のプランターで栽培しております。愛情たっぷり
に皆様がお世話をしてくださっているので、野菜は実が付きはじめました！収穫が楽しみです。

月曜組：ゴーヤ、なす



火曜組：インパチェンス



水曜組：スイバヅル、トマト



木曜組：なす



金曜組：ししとう



陸上自衛隊広報センター「りっくんランド」に行
てきました。戦車やヘリコプターを間近に見たり、
自衛隊の方が実際に背負うリュックの重みを体験し
たり、また、なんとVRを皆さん初体験して、空か
ら降下したり、陸から水上へ行ったり、砲撃の映像
を観たりなどとても貴重な体験が出来ました。



高橋 喜美子(火・金)
私は山形県山形市で商
家の一人っ子として育ち
ました。小学校から高校ま
で文芸部に所属しており
ましたので、運動はあまり
得意ではありません。
一人っ子ですが婿はと
らず近所の幼友達と恋愛
結婚をし、1男1女に恵ま



利用者さんの 紹介コーナー

今月の看板は、とても
綺麗な紫陽花と子供のみ
ならず大人にも大人気の
ピカチュウを描いて頂き
ました。
この看板、実は裏側も
絵が描けるようになって



今月の看板



れました。
簿記をやっております
たので、50歳頃から事務
仕事を再開しました。
趣味は読書や習字、俳
句を詠むことです。
葵では習字や俳句の会
があるので楽しみにして
来ております。また、皆さ
んと外出するのもとても
楽しいです。
紫陽花を題材に二句詠
んでみました。
『花に乞はれて 連れ
来し白き 四葩(よひら
かな)』
『石堀に 守(も)られ
添ひゆく 濃紫陽花』

おり、今月は裏側にも大
きくピカチュウが描かれ
ております。皆様実物を
御覧になる際は、是非裏
側にも目を向けて下さ
い。
近所を散歩中に咲いて
いた綺麗な紫陽花と、子
供達に喜んでもらいたく
てピカチュウを描いたそ
うです。高橋さん、毎月素
敵な看板を描いて頂きあ
りがとうございます。



談話室

繫(つなぎ)温泉は、岩
手県盛岡市にある温泉で
ある。
その歴史は古く、11世
紀に前九年の役で源義家
が安倍貞任(あへきだとう)
を攻めた時、義家は温泉
が湧いているのを発見
し、愛馬の傷をこの温泉
で洗うと快癒した。そこ
で義家も愛馬を穴のあい
た石につないで入浴した
と言われ、それ以来つな
ぎ温泉と呼ばれるようにな
ったと伝えられている。
繫温泉には6つの源泉
があり、毎分約2000
リットルもの豊富なお湯

人気温泉地「繫(つなぎ)温泉」 ◆有名温泉地めぐり◆



源義家が愛馬をつないだつなぎ石

が湧出している。どの源
泉からも、温度の高いお
湯が湧出するため、岩手
の寒い冬でも、露天風呂
でも十分に堪能できる。

「この夏も例年より高
温で猛暑日が増える可能
性がある」。気象庁は今夏
の日本の天候についてそ
う強調している。
気象庁は6月9日に
「エルニーニョ現象が発
生しているとみられる」
と発表し、秋まで続く確
率は90%と見込んだ。
一般的にエルニーニョ
現象は日本に冷夏をもた
らすため、同庁は当初6
月まで低温傾向になると
予想していたが、6月に
入ってこれを高温に変
更。7、8月も東日本と西
日本、沖縄・奄美地方では
気温が高くなりやすいと

している。
理由として挙げられるのが
「インド洋ダイポールモ
ード現象」だ。インド洋の
西側の海水温が東側より
高くなることで、フィリ
ピン付近での積乱雲の発
生が増えて大陸側の高気
圧に熱を供給する。高気
圧が日本側に張り出すこ
とでエルニーニョ現象に
よる冷夏の傾向を打ち消
すという。
今回のような同時発生
は2015年にも確認さ
れ、夏前半に厳しい暑さ
に見舞われた。
東京消防庁は、本格的
な暑さが来る前に体を慣
らす「暑熱順化」が大切だ
と呼びかける。



繫温泉ホテル紫苑の露天風呂

泉質は単純硫酸泉で
phは8.5と非常に
高いアルカリ性が特徴で
ある。
血行や代謝の促進に作
用するといわれる硫酸成
分と、お肌の表面にある
古い角質を落とす作用が
期待できるアルカリ性の
お湯は、女性だけでなく
男性にとってもとてもう
れしい温泉である。



大雨にも注意が必要
だ。南から暖かく湿った
空気が流れ込み、梅雨前
線の活動が活発になりや
すい。地震や気象、土木な
どの学会で作る防災学術
連携体は、「豪雨災害へも
しっかりと備えてほしい」
と呼びかける。
K・ドラゴン

葵は「心と身体のリハビリ」で元気な「笑顔」を作ります