

# HCC通信 8月・9月の予定

## 豊泉家 住之江

8月中旬 流しそめん  
9月16日(土) 演芸会(ケアハウス・デイ合同)

## 豊泉家 北緑丘

### イベント

8月19日(土) 納涼祭  
9月13日(水) 秋の外出  
エンターティメント  
8月13日(日) フラダンス 出演: スタジオ ハウラ  
8月24日(木) ロビーコンサート テーマ「夏の思い出」  
9月10日(日) 新舞踊 出演: 八雲会の皆様  
9月のロビーコンサートは未定です。

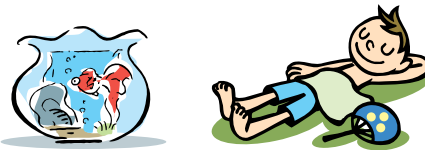
## 豊泉家 桃山台

### イベント

8月27日(日) 第2回豊泉家桃山台「サマーカーニバル」  
9月予定 秋のバスツアー

### エンターティメント

8月13日(日) マンドリン演奏 出演: アンサンブルアミ  
9月3日(日) 新舞踊 出演: 八雲会の皆様  
9月17日(日) 影絵劇 出演: トロル



## 食のいろは 笑いの日

8月8日はそろばんの日、髭の日、ひょうたんの日、タコの日、親孝行の日...などと言われています。そして「笑いの日」でもあるのです。「敬老の日」の実現に中心となった日本不老協会が中心となって発足した「笑いの日を作る会」が1994(平成6)年に制定されました。笑い声「ハ(8)ハ(8)ハ」の語呂合せです。『笑い』は医療に取り入れる研究が続けられています。その研究により、笑うと免疫がアップし、自律神経の活性化を図ることが可能になるとわかっています。この『笑う』健康法を続けられる生活を心掛けたいですね。



### ◎オクラ

先月号に引き続き、暑さを吹き飛ばしてくれるスタミナ野菜を紹介します。  
【栄養・効能】  
昔から、ネバネバした食品には健康に役立つ多くの効果が知られています。オクラの特有の粘りには、タンパク質の吸収を助ける働きが知られるムチンや、腸の動きを整える食物繊維のペクチンなどの成分が主に含まれています。  
また、ビタミンが豊富だけでなく、カルシウムや鉄なども含有。スタミナ不足になりやすい夏におすすめしたい食材です。

### 【選び方と保存方法】

緑色が鮮やかで、均一なぶ毛で覆われ、皮が柔らかいものが新鮮です。オクラは生で食べても、天ぷらやスープなど加熱してもおいしくいただける万能選手。

## アシステッド・リビングホーム情報

平成18年12月オープン予定!!

### 桃山台2期工事状況

7月10日現在 八角屋根を含め外壁が全て立ち上がり、シートの中にはアシステッド・リビングホーム豊泉家桃山台が全景を現しています。建物内部では、各フロアの床が出来上がり各部屋を間仕切る壁が順番に立ち上がっております。



### 記者語録

毎日毎日暑い日が続きますが、冷たいものを食べすぎず暑い日こそ熱いものを食べて汗をかくてスッキリさせて夏バテを乗り切りましょう。

# HCC TIMES

Honshuka Community Club since 2001. 1. 1

2006.8月号  
Vol.38

NPO法人 SG博友会  
〒550-0003  
大阪市西区京町堀1丁目11番1号  
TEL:06-6444-3030  
FAX:06-6444-3554  
編集責任者 奥西 多華恵

今月の紙面	
1面	豊泉家の「産みの母」福井ヨシエ前理事の100歳祝賀式典開催!
2面	HCCトピックス HCC桃山台・北緑丘・住之江
3面	料理長・栄養士さん紹介 健康百話
4面	HCC予定 施設食あれこれ

8月10日は花はルコウソウです



花言葉: おせっかい、多忙

## ● 豊泉家の「産みの母」福井ヨシエ前理事の100歳祝賀式典開催! ●

福井前理事は、今日の豊泉家発祥の地となる「ケアハウス豊泉家住之江」の創設に、土地並びに多額の浄財のご寄付等、多大なるご尽力を賜りました。その福井前理事が7月3日に100歳を迎えられたお祝いと、偉大なる功績を讃え、「ケアハウス豊泉家住之江」に銅像を建立し、除幕式を兼ねた「生誕百年=百歳(ももとせ)祝賀式典」が盛大に開催されました。当日は快晴の下、田中理事長他、総勢160名の関係者が出席され、福井前理事に対しお祝いと感謝の念をこめたセレモニーが次々と催され、大変素晴らしい感動の記念式典となりました。福井前理事には、今後益々お元気で過ごして頂くと共に、引き続き豊泉家の発展と私達一同を温かく見守ってくださいますようお願い申し上げます。



**豊泉家コミュニティクラブ(HCC) ホームページ8月開設!**

予てよりHCC会員の皆様から、ご要望のございました「HCCホームページ」が完成し、8月開設の運びとなりました。  
HCC会員皆様の、コミュニティクラブでの活動状況を始め、「娯楽・健康」に関する情報や、これからの「HCCの方向性」等々、盛り沢山の情報が掲載されておりますので、お楽しみ頂きますと共に皆様方からのご意見・ご要望も積極的にご寄せ下さいませようお待ち申し上げます。

**URL <http://www.sg-h.com>**

..... NPO法人SG博友会・HCC事務局 .....

豊泉家コミュニティクラブのある暮らし



H.C.C.会員募集

楽しい時間と  
楽しい暮らしを  
覗いて見よう