



セントケア・グループ



福祉の街

レンタルふくしのまち鴻巣便り

Vol.90

2026年7月号

☎ 048-543-5848



福田 昌弘【所長】
(ふくだ まさひろ)

久しぶりに読書②

最近読んだお勧め本のご紹介です。

invert 城塚翡翠倒叙集 相沢 沙呼 著
講談社文庫

以前にご紹介しました
ミステリ5冠達成の
圧倒的傑作とよばれた
mediumの続編となる
作品です。前作ほどの
衝撃はなかったですが
それでも、恐るべし相沢
沙呼 といったとても
面白い作品です♪



加藤 忠志
(かとう ただし)

買えました

買い物に行った時の事です、購入するのに並ばないと買えないと聞いていたミスの、もっちゅりんを購入することができました、並んでいるのを見て帰りに残っていたら買おうと思っていたので通り過ぎて他の買い物をしていたのですが、帰りの時間に丁度販売を始めたらしく、列の並びの最後に付いていったら並ばずに、そのまま購入できました
1家族様・2個までしか買えなかったのが4分の1で分けて食べましたが、1口で食べてしまいました。



阿部 友亮
(あべ ともあき)

ランニング始めました

最近といいますかここ一年で3kg太ってしまい、人生で過去最高記録となっております、、、。

高カロリーな物や甘い物を食べすぎてしまっているのは自覚しているのですが、今まで太らなかったため油断していました(;・∀・)

フットサルを辞めて1年以上なので原因は運動不足と明白に!!とりあえず週3回ランニング30分6月から始めました!!凄く疲れますが、走ると気持ちが良く何も考えない時間も悪くないなと。これからもっと暑くなるのでいっぱい汗をかいて脂肪を燃焼させていきたいと思います♪

大好きなラーメンは暫く我慢したいので美味しいラーメン屋さんは紹介しないで頂けると幸いです!!!!!!笑



波田野 正
(はたの あきら)
理学療法士

姿勢の話

皆さんは悪い姿勢を続ける事で、身体に起こる変化をご存知でしょうか。

①姿勢や動作が原因で軟骨が壊れる ⇒ ②軟骨の下
の骨同士がぶつかる ⇒ ③骨折する(ミクロレベル)
⇒ ④修復する際に骨が癒合

大分端折った説明ですが、こういったメカニズムで骨は癒合してしまい、骨切手術以外に治す方法はありません。そうはならない為にも、適切な高さの椅子やクッションを使用する事は、自分の身を守る事に直結します。

以前から姿勢を気にされている方へ朗報です。この度、「形が崩れにくい廉価なクッション」が新しく発売されました。詳しくはチラシに載っていますので、ぜひご興味がある方は見てみてください!



長雨の候、からみつく湿気に連結台風と梅雨真っ盛りなものの、気温が40℃を超えたりしないのはありがたい限りかなあ…などと思います折に、湿り気に芳醇な幸福を添えて心潤したるものは…そうです、甘いものです！

写真は、日本全国津々浦々にございます、皆様もよくご存知であろう"あなたとコンビニに"ファミリーマートさんの数量限定コラボスイーツ、『紅茶とりんごのパウンドケーキ(税込¥190-)』です。なんと今回は今までありそうで無かったコンビニスイーツのご紹介!それも1981年創業の人気喫茶ブランド『Afternoon Tea』さんとのコラボ商品となっております。ファミリーマートさんとAfternoon Teaさんは昨年もコラボ商品を出しており、(その時のオレンジソースのかかった紅茶のシフォンサンドも美味しかった…)今回は当時よりもさらに規模を広げてなんと28種類のコラボ商品を展開しているとか!そんな企画の規模、というか物量に熱意と資本の強さをビシビシ感じる気合の入ったコラボ商品群から一品……なのですが、正直に白状すると流石にコラボ商品全ては追いきれなかったので、黒沢の甘いものセンサーが一番ギンギン反応したものをチョイスしてのご紹介となりますッ!だって今月はスターバックスさんとかゴンチャさんとかゴディバさんとかびっくりドンキーさんとかの桃スイーツのラインナップが充実し過ぎておサイフが……ッ!!というかそろそろお腹周りが……ッ!!! (血涙) まあ健康診断は当分先だし今から絞っていけばまだ大丈夫…大丈夫……などという不摂生への後悔はさておき本題のパウンドケーキに関してですが、包装用の袋を開けるとまず紅茶とりんごの香りがふわっと…香りがふわっと!?わざわざ袋に顔を近づけなくとも鼻腔を掠める、セイロン紅茶の気品に満ちた香りとりんごの優しかぐわしい甘酸っぱい香り、もはやこれだけで美味しいとすら感じ取れる香り高さです。おぬし、本当にコンビニスイーツか…?思わず出自を疑いたくなるような香り高さを堪能した後は、満を持して一口。まるで果実の潤い湛えたかのようなしっとり滑らか生地が、爽やかなりんごの甘さと渾然一体となりながら、お口の中でほどけて、香りと共にひろがり、とろけていきます。そんな至福の一口と名残惜しくも喉を鳴らして別れを告げると、紅茶の余韻がお口いっぱい広がり、春先の昼下がりのそよ風のような彩りと軽快さの香りが鼻から抜けていきます。……いや一口齧っただけでここまでの情報量をお出ししてくるのはコンビニスイーツとして破格のクオリティ過ぎません?お主、本当にコンビニスイーツ???まあファミリーマートさんはたまに魔法を使って開発したとか思えない商品をお出ししてくることもありますのでね……機会があれば過去に出会った"魔法"についても

紹介しつつ、Afternoon Teaさんの店舗の方にも行ってみたいと思います。ええ、これだけ大々的にコラボの紹介をしておきながら実店舗の方には行けてなかったり!!んん、ぐやじい!!! 何気ない毎日のありふれた昼下がりをいつもよりもちょっと華やかに彩る魔法を、お近くのファミリーマートさんで是非!

黒沢 紫雲
(くろさわ しうん)
義肢装具士

