



今年は、引きこもり kun が二人、大学と専門学校に入学します。卒業まで一歩ずつ一歩ずつ。そこから先はそのとき考えよう！大丈夫！後ろは任せろ心配すんな！イマテ カガ シナミダ ヲリト スダヨ♥

カウンセリングラボ広島
 中区東白島町 16-25-503
 Tell: 082-909-2288
 Mail: cocorolabo@csllabo.com
 (vol.13-No.4) 毎月 15 日発行 無料



食養生

春キャベツとしらすの Pasta

【材料】 パスタ 春キャベツ 釜揚げしらす 人参 ニンニク オリーブオイル 粉チーズ 粗挽き胡椒

【作り方】

- ① 春キャベツを食べやすい大きさに、人参を千切りにする。パスタは硬めに茹でる。
- ② フライパンに、薄切りにしたニンニク、しらすを入れてオリーブオイルでサッと炒め、パスタ 100g に対し、茹で汁 100cc くらい入れて①を絡める。
- ③ 汁気が飛んだらお皿に盛って、粉チーズと粗挽き胡椒を振りかける。



春キャベツの芯は柔らかいし、栄養素のビタミンCとかUとかを葉っぱの何倍も含んでいる。だからスライスして使って～！
 ビタミンCは美容に、Uはストレス胃に、よ～効くんよ(*^o^*)

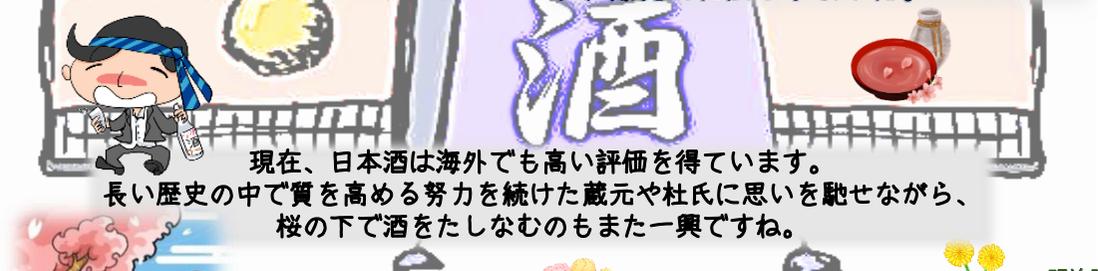


いまむかし 日本酒の今昔



扇子にて 酒くむ花の 木陰かな
 満開の桜樹の下で扇を杯に見立てて飲み干すフリをしたら杯の酒に花びらが散り込んできたよ。風流だねえ…。
 ～松尾芭蕉～

古事記に登場する須佐之男命が八岐大蛇を八塩折之酒で退治した話は有名ですが、実際に日本酒が生まれたのは稲作が盛んになった弥生時代といわれています。日本酒造りが盛んになったのは江戸時代です。「寒造り」や「三段仕込み」「火入れ」などの技術が確立し、大阪の蔵元が開発した高品質の「清酒」が江戸で大評判となり、爆発的に広がりました。



現在、日本酒は海外でも高い評価を得ています。長い歴史の中で質を高める努力を続けた蔵元や杜氏に思いを馳せながら、桜の下で酒をたしなむのもまた一興ですね。

明治時代に制定された禁治産法は主に認知症患者や 弱い私財産の管理も禁じられたんだ!!

雑学問の扉 ～成年後見制度～

昨今よく耳にする成年後見制度は2020年4月に、それまでの禁治産法を是正する形で制定されました。認知症の人や精神障害などの人たちが、騙されたり、悪事に利用されるような事のないよう、本人の判断力をサポートする制度です。

成年後見制度は「後見人」「保佐人」「補助人」の3つの役目に分かれています。

判断能力・認知度	軽度	中等度	重度
制度の段階	補助人	保佐人	後見人
分類条件	判断力が不十分(ほぼ判断できる)	判断力が著しく不十分	判断力が常に不十分
制度の権限	日常の買い物や趣味などに使う少額のやりとり等は本人の自由。その他、本人から頼まれた行為に関してのみ確認や代行できる。	不動産の売買や貸借の契約、保証人など本人の不利益になり得る行為は頼まれていなくても確認や代行、取り消しができる。	全ての法律行為を代理できる。本人の財産管理や各種契約、相続等、裁判所の許可があれば後見人の名前で手続きができる。

明治時代に制定された禁治産法は主に認知症患者や精神障害者を無能力者として扱い私財産の管理も禁じられたんだ!!

おまけのクイズ 次の中で、バラ科ではない植物はどれ？ ① コデマリ ② サクラ ③ イチゴ ④ クリスマスローズ
 答えと解説はホームページのフログを見てみてね♥