

かりん通信

平成25年 7月 第14号

医療法人社団 平成会
グループホームかりん
〒969-6254
福島県大沼郡会津美里町
萩窪字上野185
電話 0242-54-7900
管理者 船木 孝子

《今年もあつい！グループホームかりんです》

梅雨が明けると、本格的な夏がやってきますが…。もうすでに暑いですね。夏が来たらどうなるのか、ドキドキワクワクしています。NHK大河ドラマ「八重の桜」で一躍有名になった会津ですが、お花見シーズンの時は鶴ヶ城への観光客がすごいことになっていました！「八重の桜」、これからが面白いですね。見逃せません。さて、今回は4月から6月にかけての笑顔あふれる写真を一部ご紹介させていただきます。



4月

伊佐須美神社へお花見に行ってきました。また、ボランティアの方が来て下さり絵手紙教室を行いました。今年も切り干し大根作りを行い、おいしくできあがりしました♪



〔かりんなるほど知恵袋〕

かりんでは今年も夏野菜を植えました。きゅうり、なす、トマトなど。そこで今回は「**トマトの知恵袋**」を紹介します。トマトといえば、テレビや雑誌で「〇〇サプリメント」や「ダイエットに効く」という宣伝をやっています。人それぞれ個人差はありますが、なぜトマトにはそういった効果があるのか？ずばりそれは**リコピン**と**ペクチン**です！リコピンは、人間の体内にある活性酸素をやっつける力があり、ペクチンには、調整作用がありお通じを良くしてくれます。その他にもクエン酸や鉄分、カルシウム、豊富なビタミンがあり美肌効果も抜群です♪このようにトマトは栄養満点の素晴らしい野菜なのです！



5月

恒例行事の母の日、高橋の鯉のぼり見学や草餅作り、いちご狩りへ行ってきました。初めてのリンゴの受粉付けにも参加しました。



6月

リクエストに応えかりん運動会が開催されました。他にも地域の花植えに参加し、あやめ見学や畑仕事、野点を行いました。



今後の予定

7月 かりん夏祭り、お田植え祭り
8月 七夕、地域家族交流会
9月 敬老会

＜地域の皆様へ＞

随時ホームの見学や介護、高齢者に関する御相談をお受けしております。気兼ねなくいつでも声をお掛けください。

※個人情報保護法に基づき写真などの掲載は入所者及び御家族の方などの同意を得ています。

※医療法人社団平成会のホームページ スタッフブログにて、日頃の様子などを随時更新しておりますのでご覧になってみて下さい。

作成担当 : 杉本美里

