

愛の家通信

今月のベストショット！



梅雨の晴れ間にのぞく青空が、眩しく感じられる季節となりました。今月も皆さまと一緒に、たくさん笑顔あふれる時間を過ごしています。今回は、そんな私たちの瑞々しい日常をお届けします。天気の良い日には、心地よい風を感じながらお散歩へ。施設のまわりには鮮やかな赤や黄色の百合の花が美しく咲き誇り、「きれいに咲いたねえ」と皆さまの目を楽しませてくれます。お出かけ先でのピースサインからは、弾むような楽しさが伝わってきます。また室内では、心を込めてお誕生日会を開催しました！主役の主賓席では、マイクを握っての嬉しいインタビューや、温かいお祝いの拍手に包まれ、笑顔と感動が広がる特別なひとときとなりました。



新潟ラーメン特集

こんにちは！長岡悠久のアイです。今月紹介するのは「長岡青油まぜそば 元」さんです。長岡市要町にあります。プレハブで営業しているまぜそば専門店になっています。オープンが6/11で私はプレオープンの日に行ってきました。太麺とメンマ、チャーシュー、岩のりとシンプルなトッピングですが、そこに真っ白になるくらい青油が乗っています。油で重そうに感じられますが、濃すぎない味付けとの最高のマッチングでベロリですよ！卓上や券売機でのトッピングも充実しているので色々な味を楽しんでみてください！



6月20日は北海道北見市の特産品でもある『ペパーミントの日』。その香りが6月の北海道のような爽やかさであること、20日（ハッカ）の語呂合わせからこの日が記念日となりました。さて、ミントと言えばスーッと鼻を抜けていくような爽やかな香りからデザートや付け合わせにも相性は抜群！そこで本記事担当の練馬早宮ではスタッフや入居者様に『ミントに最も合うものは？』とアンケートをしてみたところ『チョコミント』が断トツの人気でした。梅雨を乗り切りたいですね。

アンケート後にはさっそく『チョコミント寒天プリン』を作りました。高齢の入居者様にも大好評でした！



- | | |
|----|-----------|
| 1位 | チョコミント |
| 2位 | ハーブティ |
| 3位 | 肉などの付け合わせ |
| 4位 | 歯みがき粉 |
| 5位 | そのまま食べる |

二十四節気のひとつ、夏至

今年は6/21(日)にある夏至は、一年の中で昼が最も長い日です。関東地方ではこの時期収穫された小麦で餅を作って食べたりお供えしたり静岡県では冬瓜を食べる風習があるそうです。タコを半生に食べるというのもよく見かけるようになりましたが、元は大阪の風習だとか。稲がしっかりと八方に張るようにという豊作祈願だそう。ただ、タコの消費量ランキング、去年は大阪府を抑えてなんと香川県が一位！来年の一位はどの県になるのか、皆さんも予想してみてください！

皆さんこんにちは。初夏の爽やかな風に、青葉が美しく映える季節となりました。地域の皆さま、いかがお過ごしでしょうか。6月に入り、あっという間に1年の半が終わろうとしています。季節の移り変わりは本当に早いものですね。今月号は、憂鬱な梅雨の季節をハッピーに乗り切るアイデアを詰め込みました。五感をシャキッとさせてくれるミントの活用法や、おうち時間にぴったりの特製コーヒーズリー。さらに、雨の日の参拝も風情がある、地元の神社などをめぐるお散歩コースなどをご紹介します。遠出が億劫になりがちな雨の季節だからこそ、この通信で身近な地域の魅力を再発見していただけたら嬉しいです。どうぞ素敵な6月をお過ごしください。

管理者 横

お口は“体の入り口”

口腔ケアは、これからの人生の質<QOL>を支える大切なケアのひとつです。

口腔ケアは単に<歯を綺麗にする>だけではありません。虫歯や歯周病を予防し、そして「食べる・話す・表情をつくる」という機能を維持すること。

それは、糖尿病、誤嚥性肺炎、早産・低体重児出産、動脈硬化、脳血管疾患、心疾患、認知症など、さまざまな疾患の予防にもつながります。

歯は、歯槽骨に支えられ、歯根膜というクッションの役割を持つ組織によって守られています。この構造により、しっかり噛むことができ、食べ物の硬さや違和感も感じ取ることができます。

○歯は神経とも繋がっており脳が活性化します。
○歯周病は動脈硬化とも関係している。
○重度の歯周病は早産リスクを高めます。

健康なつと

詳しい内容は
こちらをチェック



広い世代へ介護の魅力を発信

ほのぼの日記

いつまでも 仲良し Vol. 38



当時と変わらず 仲良し

先日、ご夫婦と一緒に病院受診に出かけた際のことです。待合室で順番を待っている、奥様のご主人の背中にそっと手を添え、「ここですか」と優しく声を掛けられました。ご主人は少し照れたように「ありがとうございます」と一言。その思いやり溢れるやり取りを見ていると、一瞬、新婦さんのようにも見えました。お二人は若い頃から変わらず仲が良く、普段からお互いを気遣いながら過ごされています。特別な言葉や大きな仕草があるわけではありません。それでも、ふとした瞬間に相手を思いやる気持ちが伝わり、温かな空気に包まれます。背中をさする奥様の優しい手、ご主人の穏やかな笑顔。その姿に、私も思わず頬が緩みました。いつまでも変わらず寄り添い合うお二人。その姿は、私たちに夫婦の素敵な在り方を教えてくれます。見ているこちらまで温かい気持ちになる、そんなひとときでした。

