

サービス付き高齢者向け住宅★居宅支援★訪問介護★訪問看護★ショートステイ

プルメリア事務所より

今年は早々と梅雨が明けて、早々と夏が来てしまいました...

35℃を超える日が続くようになりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

今年の夏は昨年、一昨年同様、暑い暑い夏となる見込みです。可児市の夏祭りも真夏の猛暑を避けるために6月開催となり、大雨の中、花火大会も決行され無事に終わりました。

日本では、地域に根付いたさまざまなお祭りがあり、その数は30万件にもなると言われています。お神輿を担いで練り歩くものや盆踊り、火祭りなど内容はさまざまです。その中でも日本三大祭りといえば、歴史の深さや規模の大きさなどから、現在では東京の神田祭（5月）、京都の祇園祭（7月）、大阪の天神祭（7月）と言われています。

諸説ありますが、「祭りは」もともと、神様にお伺いをたてる「祀る（まつる）」が語源の様で、季節の変わり目に実施されてきて、豊作や大漁など、その土地の神様に祈りを捧げるために実施されてきました。

なかなかお祭りに行く機会も少なくなってしまうかもしれませんが、今年の夏はぜひ参加したいと思っています!!! 日比野亮司

ショートステイより

毎日暑い日が続きますね。皆様、お変わりなくお過ごしでしょうか。6月の下旬に梅を購入し手作りの梅干しを作りました。昨年は梅の高騰に驚き断念、市販の梅干しを食べておりましたがやはり物足りなさを感じ、今年は高くても自家製が一番だと考えて作りました。近年、異常気象が続いており、特に夏場はかなり気温が高くなっていますよね。暑さにやられて夏バテしないように、水分補給は勿論のこと汗と共に失われるクエン酸も摂取することが大切です。そこで、手軽にクエン酸を摂取できるのが「梅干し」です。クエン酸の健康効果は、疲労回復、整腸効果、血流改善、食欲増進、糖尿病予防、老化防止、尿酸結石、痛風予防、更にダイエット効果等があるそうなので、この暑い時期は特に意識をして、積極的に梅干しをとり入れたレシピ等を参考に食べてほしいと思います。まだまだ厳しい暑さが続くようです。無理をせず、くれぐれもエアコンを消して過ごされることがありませんよう。お気を付けてご自愛ください。 ショートステイ中村

プルメリア今渡より

暑さが本格的になり蝉の声がにぎやかに響く季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。この時期は熱中症の危険が高まります。水分補給や室温の調整を行い体調管理には十分気をつけてお過ごしください。我が家の子供たちは夏休みに入り、毎日のお昼ご飯の準備に朝から頭を悩ませております。子供たちも成長し自分で温め食べられるようになりましたが、栄養のあるバランスのとれた献立には程遠くカレーに親子丼、かつ丼などなどご飯にのせて食べられるものばかりとなっている今日この頃です。先日テレビで食事を作るAIロボットの開発が進んでいるという情報がありました。個人の情報、例えばアレルギー、疾患、好き嫌いなどを記憶させておくそれを踏まえた献立にて食事を作ってくれるAIロボットだそうです。開発が進み「AIママ」がキッチンに立つのも夢ではない時代ですね。夏バテ防止の食材はビタミンB1、クエン酸、ミネラル豊富な豚肉、うなぎ、レバー、梅ぼし、レモンが効果的だそうですよ。どうぞご自愛下さい。 居宅 渡邊麗子

★プルメリアⅠ・Ⅱからの お知らせ★

移動美容室

ひまわり

8/5(火)

9:30~

事務所にて

事前予約受付中

カット2,860円(税込み)~

※ひまわり美容室のお申し込みは1週間前までにお願いします。



ひまわり美容室
来月は9/2(火)



8/22(金)

13:30~

★マジックの披露★

小栗百合子さん

参加者の皆さんに簡単にできるマジックを体験してもらいます。



8/27(水) パン屋さん

13:30~

コミュニティ広場にて

移動スーパー

毎週(月・木) 14:45頃~

絶賛 開催中!!

※8/21(木)、25(月)はお休みとなります。

★ひだまり広場★プルメリアⅠ・Ⅱ リサイクル資源日程

【レクリエーション】PM13時30分~

健康体操やゲーム等々を 感染予防に

努めながら行っております。



4日 (月) ガラス・ビン・紙容器

18日 (月) 金物類・粗大ゴミ

25日 (月) カン・ペット・トレイ資源

9日 (土) 陶磁器類

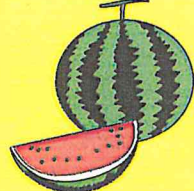
★プルメリアⅢからののお知らせ

フロアでの面会を実施しています

14:00~ (10分間)

14:40~ (10分間)

詳しくはお問合せください



可児タクシーにて運行中

運行日 月・水・金

出発時刻: 9時半又は11時(午前のみ)

行き先: アカシクリニック

※ 予約は3日前までにさせていただくようにお願いいたします。



ファッション水野

