

❖**紫陽花**作りに挑戦していただいたご利用者様。6月の梅雨時の代表的なお花といえば、紫陽花ですね。お花紙と色紙を使って、沢山の色とりどりの花を咲かせてくれて、ちょっぴり憂鬱な雨の日も、私たちの心を和ませてくれております。普段よく見かける紫陽花ですが、風水においては、実は金運UP効果絶大だそうですよ！信じるか信じないかは、あなた次第です！（笑）



❖**風船バレー**を楽しまれたご利用者様。とある日のレクリエーション風景ですが、あらゆる方向に飛んだり、バレーなのに風船を受け取ったり、風船を目掛け夢中になり、普段では見られない動きも見受けられ、ハッスルタイムとなりました。レクリエーションは様々な効果が期待できる他、ご利用者様が自然と笑顔になれる時間でもあります。これからも色々なレクリエーションで楽しい時間を提供していきますね♪



❖**19周年記念**を迎えた、こもれびのお昼ご飯には『周年記念特別メニュー』が提供されました。お赤飯に天ぷらの盛り合わせ、紅白なますに筑前煮といった“お祝い膳”です。フルーツは、この日ばかりはと、『メロン🍉』が出され、ご利用者様も「おいしいねえ〜」と頬張ってっておられました。“こもれび”が19年目を迎えられたのは、これもひとえに温かくご支援下さるご利用者様、ご家族様、地域の皆様、各関係者の方々のお陰と深く感謝しております☆今後も一層気を引き締め、「長生きして良かった！」と思って頂ける施設作りに職員一同、精進いたします(^\_^)/ 今後ともよろしくお願い致します♪



❖**じゃが芋🍠の成長記録**



❖5月にご利用者様と一緒に植えた『じゃが芋』ですが…ただ今、絶賛成長中！と前回に続き、お伝えしたかったのですが、ここ最近の雨の影響もあり、ご覧の通り。土が足りず、既に顔を出しておりましたが、大きくなって芋もあったので、もう少し見守ってみたいと思います♪

# こもれび通信

令和5年19周年特大号

個人情報に関係により、一部加工しております。

皆さん、こんにちは(\*^o^\*)ノ コンニチワッ！  
梅雨入りしてからスッキリしない天気が続いていますね。暑かったり、蒸し蒸ししたかと思えば急に涼しくなったり、体調を崩したりされておられませんか。九州地方では、線状降水帯が何度も現れて大雨被害が拡大しています。本格的な梅雨シーズン前に備えを確認しておきたいものですね。

秋田でも先日のヤクルトー巨人戦が雨の為中止になってしまいました。1年に1回の楽しみな試合なので残念でした。とは言うものの、間もなくメジャーリーグ、プロ野球とオールスターゲームが始まります。

WBCで大活躍した選手以外にも新しいヒーローが現れるかも・・・今から待ち遠しいですね。

さて、こもれびでは6月21日に開設19周年を迎えることができました。これからも地域の皆様に愛されるこもれびであり続けるべく、魅力あるサービスをどんどんと提供していきますので、引き続きよろしくお祈りします。

開設記念日当日には、ささやかですがご利用者様に感謝の特別膳を提供させていただきました。

皆さんの笑顔で楽しげに食する様子をたくさん見ることができて職員にとっても嬉しい時間となりました。

今回の19周年特大号は、他にもご利用者様の笑顔が満載ですので、じっくりとお楽しみください。

**デイサービスレクリエーション** 5月下旬から6月にかけて、沢山のレクリエーションを行いました。1番人気なのが” ” お出かけレクリエーション” です。近場ではありますが、外出することで、ご利用者様の心身機能向上・生活意欲の向上、コミュニケーションを深めるなどの役割もあり、いつもと違う体験でリフレッシュです。また前回に続き、園芸活動も行っています。ひまわり・早咲きコスモスの種を植え付けました。徐々にヒマワリの背丈も伸びはじめており、元気で明るいイメージの花が咲いてくれるのか、今から楽しみです。



地域の皆様に支えられ、おかげ様で祝**19**周年

いつも  
ありがとうございます

感謝

心ふれあう、笑顔あふれる19年目  
感謝とともに歩む

令和5年6月21日

介護の店 こもれび

## 季節のお風呂



どくだみ湯



どくだみ湯は、あせもや湿疹の緩和や予防が期待でき、新陳代謝を活発にして血行改善に役立ちます。ジメジメと蒸し暑くなっていく梅雨期にはぴったりの薬湯です。ありふれた雑草に高い薬効があるなんて、生活の知恵に驚かされますね。

## 編集後記

☆『梅雨』の時期になりましたが、最近の天気は目まぐるしく変わります。晴れた日にはグッと気温が上がり、雨の日は湿度が上がり、身体のだるさや、頭が重い、めまいがする...など体調不良に悩まされる人も少なくないようです。『らっきょう』にはビタミンB1が多く含まれているので、豚肉と食べると疲労回復効果があるんだそうですよ☆ 他には、クエン酸を摂る事です。梅干しやキウイ、柑橘類がオススメです。夏を迎える為の準備期間ですので、いや～な梅雨時期も元気に乗り越えていきましょう。