

# 梅シロップ・梅干し作り



美味しいのが  
出来ますように

うらら  
第170号

令和2年6月15日

田植えを終えた田んぼや山の緑豊かな自然を味わう頃となりました。田植えが終わって一段落すると、昔はこの集落でも「しろみて」という行事をしていたと入居者様に聞きました。「田んぼの神様に報告して皆でともに祝ったんよ」と教えてくださいました。先月末に緊急事態宣言が解除され「新しい生活様式」が始まりましたが、コロナ感染予防のための伝統行事は各地方で自粛となり、さみしい夏のスタートとなりました。

さて、先日入居者様と一緒に梅を漬けました。肌寒さが残る頃に花を咲かせ、夏が始まる前に丸い実をつける梅ですが、「梅はその日の難逃れ」と古くから言われています。子供の時に、おばあちゃんから「朝出かける前に梅干しを食べると災難が来ないんだよ」と言われたのを思い出しました。梅にはストレスと疲労回復の効果、そして殺菌効果があることは学問的にも認められ、多くの方が体験されています。入居者様と一緒に漬けた梅はソーダ割やシャーベット、また果肉はジャムにして召し上がって頂きたいと考えています。

この夏はマスク着用が不可欠となり、例年以上に熱中症対策が必要です。入居者様はもとより、ご家族様、職員も水分はこまめにとり、熱中症対策をしていきましょう。

梅雨特有の気温の低下に風邪などお召しにならぬようご自愛下さい。

介護主任 木村真奈美



ケアホーム

ディア・レスト福山

〒720-1132

福山市駅家町倉光 148

TEL 084-977-0880

ホームページ

<http://www.dearrest.net/>

fukuyama



# テイクアウト 寿司

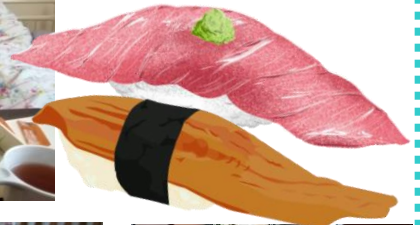
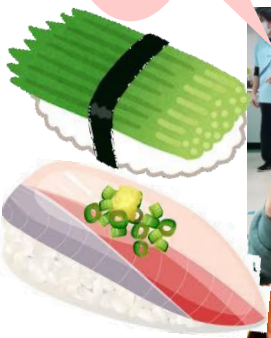
5月11日(月)・16日(土)



「ネタが大きく、美味しいお寿司が食べたい!!」と皆様のご要望にお応えし、すし丸のテイクアウト!

美味しい♡  
毎日食べたいなあ♡

豪華なネタで、  
美味そうですね〜



## とねたて

えんどう&そら豆

みんなで皮をとると  
あつという間ね。

この春は豆類が大豊作!  
多めの塩で湯がき、おいしい旬の一品が出来上がり!  
「おいしいわ。もう少しちょうだい」と会話も弾みました。







# 新玉ねぎ収穫

皆様と一緒に玉葱の収穫をしました。

6月9日（火）

畑に入るなり、自然に体が動いてらっしゃいました。何にして食べようかな～(^へ^♪

たくさんとれたよ



よいしょ～



# 生け花教室

5月12日（火）

今月のお花

・ニュウサイラン ・玉シダ ・カーネーション ・スターチス ・ガーベラ ・ヒマワリ



# 書道

5月16日（土）

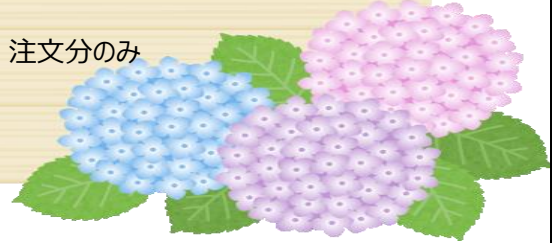






## 6月・7月 行事予定

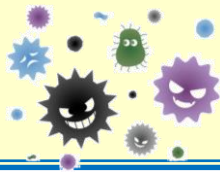
- 6月20日(土) 14:00～ 書道  
6月23日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様) 注文分のみ  
6月27日(土) 13:00～ 散髪(エンジェル様)  
7月14日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様) 注文分のみ  
7月17日(金) 14:00～ 生け花教室  
7月28日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様) 注文分のみ



### 面会時の差し入れについて

6月10日(水)に県内全域に食中毒警報が発令されました。食中毒の原因となりますので生物や傷みが早い果物、お惣菜の差し入れはご遠慮下さい。場合によってはお持ち帰りをお願いすることもあります。

御理解・御協力をよろしくお願い致します。



### お願い

後期高齢者医療被保険者証および介護保険負担割合証などの有効期間が7月31日となっておりますので、新しい保険証が各市町から届きましたら事務所までお持ち下さい。

遠方の方は、郵便またはFAX送信にてお願い致します。  
(FAX 084-977-0883)

### ナイロン袋の協力をお願い

居室のゴミ箱、自宅洗濯の方、汚染した衣類(業者に頼まれている方も)、ドライクリーニングを入れるためのナイロン袋が必要です。大きさは問いませんので不要なナイロン袋がありましたら、ご協力よろしくお願い致します。



### いきなりですが問題です！

銀色のジョーゴが坂道を登っていきます。  
なぜ登っていくのでしょうか？？



ティファレスト  
発明家

正解は次号で・・・。

写真撮影のため、一時的にマスクをはずしていますのでご了承下さい。

野菜類を調理する際は手洗い・アルコール消毒を行なっています。

### 【編集後記】

中国地方も梅雨に入り、ジメジメした日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。先々日まではステイホームで家に閉じこもっていましたが、解除された途端、梅雨に見舞われ思うように外出も出来ませんね。

雨に濡れた紫陽花がひととき美しい時季です。天気の良い日には、3トル(マスクをとる、距離をとる、水分をとる)を心がけて、紫陽花を見に行き気分も晴れやかになりたいものです。

今年は大雨が予想され、蒸し暑い日も多くなるようです。梅雨寒の時節柄、お身体を崩されませぬよう、どうかご自愛ください。

生活相談員 黒田 恵利香