

囲炉裏庵たかもりたより

2018年6月号

2018年6月1日発行

宮城県高齢者生活協同組合

囲炉裏庵たかもり

〒981-3203

仙台市泉区高森3-4-131

電話 341-9583 FAX 341-9584

5月もあっという間に過ぎて、今年も折り返しの時。囲炉裏庵たかもりから見える窓の景色も変わって来ています。先日、野菜の苗を利用者様と一緒に植えました。「ナス・きゅうり・トマト」夏には沢山収穫出来ると期待して。また、朝顔の芽も沢山出てきて日毎に大きくなり、今年も紫や青のお花が楽しみです。天気の良い日はご近所のバラを見にお散歩しています。今月は防災訓練、仙台ローズガーデン見学を予定しております。もうすぐ梅雨に入りますが元気に乗り切りたいと思います。

お近くにお越しの際は是非お立ち寄りください。お待ちしております。

【デイサービス】定員 10名

☆空き状況

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	×

☆時間 9:30～16:40

☆1日体験も随時受け付けております。

Nさんの知恵袋

【ネギと納豆】

ネギは様々な食材に合うのでいろいろな料理に使われますが、納豆との組み合わせも定番の一つです。

ネギの香りや辛味の成分である硫化アリルには抗酸化作用と、血液中のコレステロールを下げ血液をサラサラにする効果があるので、ナットウキナーゼと合わせてダブルの血液サラサラ効果がある。また硫化アリルには疲労回復のビタミンB1が含まれており体力回復にも役立つ。さらに、納豆にはビタミンAとビタミンCが含まれておらず、ネギにはビタミンAとビタミンCが含まれるので、この2つの組み合わせは味、栄養面ともに理想的！



泉西部地域福祉事業所

5月27日(日)「セツ森周辺と樹木葬の現地を散策」のイベントに16名(車4台)の参加で出発しました。30分ほどのドライブが終わり到着。「禅興寺」の住職さんから資料を頂き林の中へ入っていくと、沢山のそれぞれの樹木の下に名前のある部分があり、これがそうなのだと確認しながら進みました。一人の男性がいました。奥さんを亡くしこちらに埋葬しているとのこと、子供達は外国なので将来を考

え樹木葬にし、自分もここに入る予定と話してくださいました。その後ワイナリー現地や南川ダムに。

お墓を守る後継者がいない、介護をしてくれる人がいないなど悩みを抱える現代の実情です。今を生きる私たちたちがしっかりと支えたり、支えられたりしながら頑張る時代になりました。地域の連携を密にしお互い助け合っていきましょうね。

さて、今回は検討中ですが、「男の料理」等はいかがですか。女性は箸をもって待つことがいかに大変かを実感したいと思っています。

次回:2018年6月24日(日)10:00～13:00



囲炉裏庵たかもりの5月の活動風景



「認知パズル」を手作り



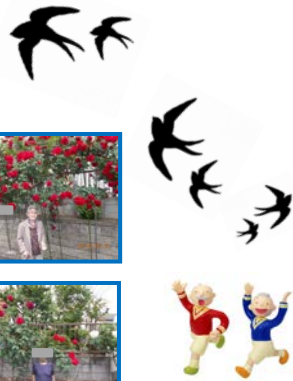
ああ懐かしや すべり台



ボランティアさんとおやつ作り



ポタニガル・ガーデンにて



ボランティアさんとお誕生祝

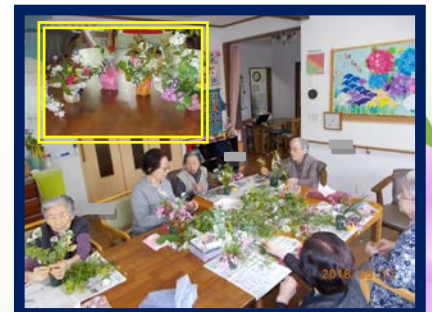
生活の「困った」は ぜひご相談ください

近所の方や中学生にご協力を頂きながら、生活支援のお手伝いを行っております。困っていることなどご相談下さい。

- ☆介護相談 ☆買い物・掃除・ゴミ捨て
- ☆通院、入退院の付き添いなど



ご近所の「薔薇園」にて



フラワーアレンジメント



ザ・いろいろあひ豊作菜園



「七ツ森周辺と樹木葬の現地を散策」