

コミ美だより

第134号

平成25年6月3日

コミュニティホーム美咲ホームページ：<http://www.keijinkai.com/c-bibai/>

先日、通所の方を対象に菖蒲湯を企画し、入っていただきました。

皆さんは菖蒲湯についてご存知ですか？ 菖蒲湯は江戸時代に「菖蒲」と「尚武」をかけて5月5日を尚武の節日として祝うようになったことで今日まで5月5日に菖蒲湯に入るのが習慣となっています。

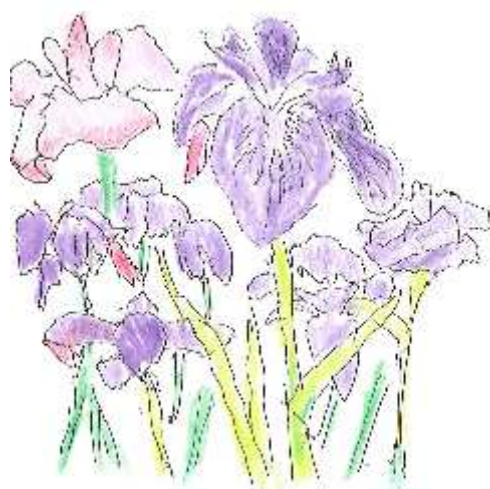
しかし菖蒲の風習の歴史はもっと古く、中国の古い歴史にさかのぼります。菖蒲は病弱を払う薬草と考えられており、菖蒲を軒先に吊るしたりしていました。

そういった邪気を払う習慣は奈良や平安時代に日本に伝わり、それが鎌倉時代には庶

民に広がり、江戸時代になって菖蒲湯としての習慣になったとのこと。

菖蒲湯の効能は、血行促進、腰痛、神経痛、冷え性、筋肉痛、リウマチ、肩こりに効くと言われています。

菖蒲湯の作り方は、菖蒲を10本程度に束ね、空の浴槽に42～43℃のお湯を入れ適度に冷ましてから入浴すると良いそうです。



菖蒲湯



通所利用者の方を対象に菖蒲湯を実施しました。
菖蒲だけではなく菖蒲の入浴剤も入れて菖蒲湯を楽しみました！
いつもと違うお風呂に皆さん喜ばれていました♪



中庭の桜

開花



開花日 5月16日

春のドライブ



展望台からの景色



炭鉱メモリアル森林公園



炭鉱跡地



美唄ダム



残雪

5月13日から17日の期間で入所者の方を対象に春のドライブを行いました♪

コースは東明公園～美唄ダム！

今年は寒い時期が長かったため桜は残念ながら咲いておらず、雪が残っているところもありました。

久々の外出行事ということで入所者の方は喜ばれていました！ 次回の外出行事もお楽しみに♪

ホームページリニューアル



溪仁会グループのホームページが新しくなり、溪仁会グループのホームページから用途に合わせての検索も可能となりました。

今まで見ていただいていた方も見たことがない方もこの機会にぜひ見ていただければと思います。

「コミュニティホーム美唄」で検索してみてください♪

コミュニティホーム美唄 検索

6月の行事

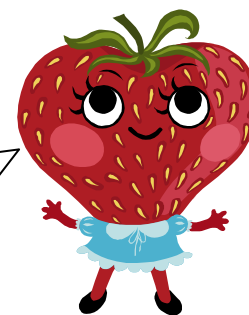
<入所者対象>

苺狩り

7日、10日、11日、
14日、17日

いちご狩り

晴れるといいね♪



介護保険証について

入所者のご家族の方へお願いです。介護保険証がお手元に届きましたらできるだけ早く施設に持参されますようお願い致します。

更新に関しては、代行申請させていただいております。ご家族の方で立会いを希望されら方がいらっしゃいましたらお早めにご連絡ください。

