

めいぷるだより

令和3年9月 第270号



3階フロアで夏祭りを開催致しました。



たこ焼きやクリームソーダなどお楽しみ頂きました。皆さまに大変好評でした(*_*)

ミニ神輿を職員が担ぎ大盛り上がりです!!
わっしょい! わっしょい!



8月23日に2階フロアでレクリエーション「フルーツポンチを楽しく食べよう!!」をお楽しみ頂きました♪



メントスを7粒入れると、炭酸が噴水のようになり、皆さまにとってもお楽しみ頂きました♪



7月31日に3階入所フロアで **“梅ぼしの日”** を開催致しました。



梅ぼしの日の由来

日本有数の梅ぼしの産地である和歌山県日高郡みなべ町の会社が制定しました。
6月1日は「梅にくエキスの日」、6月6日は「梅の日」です。

梅ぼしの効能について

梅ぼしにはクエン酸やリンゴ酸等の有機酸が多く含まれています。この有機酸が疲労物質の乳酸が作られるのを阻止する働きがあるので疲労回復の効果があり、また、クエン酸には強い殺菌作用もあり、食中毒の予防や口臭予防の効果があると言われています。その他にも、整腸作用や、鉄分・カルシウム等の吸収を促す作用、免疫力をアップする作用などがあります。

最近では、梅に含まれる「梅リグナン」と言うポリフェノールの一種が胃がんの原因となるピロリ菌の運動や生活習慣病の原因となる活性酸素を抑制、また肥満の予防にもなることも報告されています。



先日メイフル職員の令和3年度永年勤続表彰が行われました。今年は勤続15年1名、10年3名でした。



↑当日勤務の3名の職員です

《ボランティア活動》
新型コロナウイルスの影響により
しばらくの間、お休みとさせていただきます。
何卒ご理解のほどよろしくお願い致します。

医療法人社団慈広会
介護老人保健施設メイフル
綾瀬市吉岡2361-7
めいぶるだより編集委員
9月号担当 事務 白石