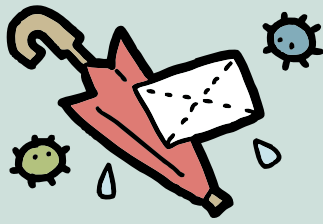


カビ対策

梅雨は湿度も気温も高く、カビが繁殖しやすい時期です。カビの胞子は、せき・鼻水・皮膚炎・目のかゆみの原因になることも。本格的な梅雨が始まる前にカビ対策を済ませ、健康的に梅雨を乗り切りましょう。

玄関 雨具は拭いてから乾かす

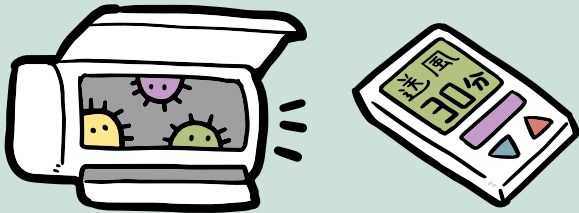
雨の日に使った傘や靴は、雑巾などで水気を拭き取ってから玄関で乾かします。素焼きのレンガの上に濡れた靴を置くと早く乾きます。靴の中に水が入ったときは、新聞を丸めて入れて湿気を吸わせ、何度か交換すると早く乾きます。



エアコン

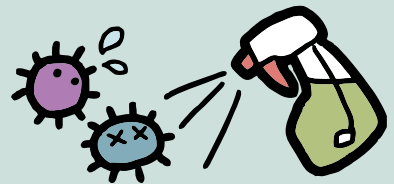
シーズン前に動作チェック
使用後30分間の送風運転でカビ予防

本格的に暑くなる前に、必ずエアコンが正常に動くか確認しましょう。設定温度をいちばん低くして強風で30分間運転すると、エアコンの二オイも除去できます。また、冷房や除湿運転をすると、エアコン内部が結露で湿気がたまりカビの原因に。使用後は30分間ほど「送風」で運転し、内部の湿気を乾かすとカビの予防に効果的です。



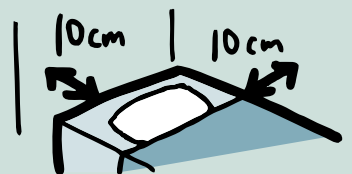
台所 こまめにアルコール除菌

消毒用アルコールはカビに対する殺菌効果が抜群。すぐ乾くので、水拭きと違い湿気を残しません。市販のアルコールで十分効果があります。



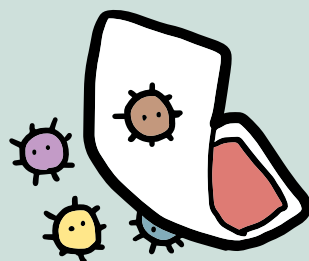
家具・ベッド 壁から離して風を通す

ベッドやタンスなどの大型家具の裏は、ホコリと湿気がたまりやすく、カビが増えやすい環境です。窓や壁から10センチ以上離して、空気の通り道を作ります。



マット・カーペットの裏 定期的に干して湿気とカビを除去

敷きっぱなしの敷物の下は、湿気がたまりやすく、放っておくとカビの温床に。1週間に一度はめくってチェックし、ホコリを払って、日光と風にあてて乾かしましょう。



トイレ・浴室

まず換気 見えにくい場所にカビあり

湿気がたまりやすく、衣類の脱ぎ着でホコリが出やすいトイレと浴室は、もっともカビが発生しやすい場所です。換気はもちろん、手の届きにくい場所も掃除して、ホコリと汚れを取り除きましょう。



5月のカレンダーは
飛び出す**鯉のぼり**

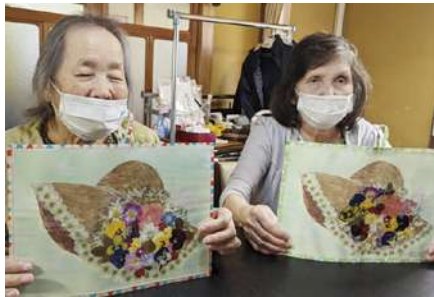


おやつの
どらやき作り

晴れた日に大正川へ
鯉のぼりを見に行きました



デイサービス **結** だより



押し花教室
みなさん、とても素敵!

暑い日が多くなりましたねえ。また食べ物のお話であります。沖縄の娘の家で、婿さんが関西ではあまり見かけなくなった「金ちゃんヌードル」というカップ麺を食べておりました。「それウマイんか?」と聞いたところ「メチャウマいです!」と言います。隣で娘が「そんなにウマくないで」と誰に似たのかニクソイことを平気で言うております。沖縄では昔から金ちゃんヌードルが定番だそうで、カップ麺売り場には必ず大量にあります。

レトルトカレーの売り場に行けば、松山容子さんのパッケージのカレーがいまだに定番です。しかも甘口・中辛・辛口というフルラインアップです。松山容子さんは今はいつたいいくつになられたんや?とか、自分の若い時の顔写真が、50年以上もずっとパッケージになって売られていることをどう思ったはるんやろ?など聞いてみたいもんですな。

また、バヤリースというオレンジドリンクは、沖縄とコチラで全く味が違います。コチラのバヤリースは今どきの爽やかな味ですが、沖縄のバヤリースは子供の頃に飲んだ「オレンヂジュース」の味わいです。聞けば初めて日本に入ってきた時と同じ味なのだそう。ふつうはどんな食品でも時代に合せて少しずつ味を変えていくものですが、沖縄では最初の味を変えることができないそうです。数年前に関西限定発売になったカールというスナック菓子も、沖縄ではふつうにコンビニやスーパーにあります。しかも2種類。



所長コラム
オオブリタ
日記

また「しるこサンド」というあんこをはさんだビスケットは、離島の共同売店でも売っているほどどこでも置いてあるので、沖縄独特のお菓子とと思っていました。実際買ってみると、なんと愛知県産。愛知県で定番のお菓子なんだそう。知らなかった……。

まあそんなことから思ったのが、食べ物の嗜好というのは子供は自分で選べないので親が与えるものが始まりということ。そしてそれを食べ続ける。そういう意味でも食育って大切なことなのでしょう。ワタシはいまだにカレーや焼き飯にソースをたっぷりかけて食べてます。やめられません。

ゆいまーる

居宅介護支援・訪問介護
通所介護・介護タクシー
<http://yuinet.co.jp/>

ゆいまーるケアセンター
ゆいまーるケアセンター総持寺
デイサービス 結

茨木市沢良宜西1丁目13-25 美山ビル1F TEL: 072-601-0696 / FAX: 072-601-0697
茨木市庄2丁目10-103 アバンテ茨木1F TEL: 072-601-0007 / FAX: 072-601-0875
茨木市沢良宜西2丁目2-7 TEL: 072-667-5501 / FAX: 072-667-5502

Yuinet デザインラボ ユイネット ホームページ制作/印刷物デザイン/商品写真撮影/広告企画・コンサルティング

UD FONT
by MORISAWA

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを採用しています。

6月号 2022年6月1日発行 第126号
編集・挿絵 宮田なつ子 制作・発行 有限会社ゆいまーる