

# つばきの郷だより

26年5月



5月の第2日曜日は「母の日」ですね。母の日といえばカーネーションが一般的ですが、なぜだかご存知ですか？  
諸説ありますが、母の日の提案者であるアンナ・ジャービスが亡き母親の祭壇に、母親の好きだった白いカーネーションを供えたのが由来といわれています。  
また花言葉が、赤は「真実の愛」白「尊敬」ピンク「感謝」などから大好きなお母さんに贈るのにふさわしい花だということなのでしょうね。  
それでは、4月のつばきの郷の様子をご紹介します。



## ～お誕生会～

3日、4月生まれのお客様のお誕生会を催しました。職員からお花と合奏のプレゼントを送ると、お客様からご立派な御礼のご挨拶を頂戴し感動もひとしおでした。いつまでもお元気で過ごして下さい



## ～お花見～



## ～フォークダンス、他～

毎月恒例のフォークダンスとマジックそれに紙芝居のボランティアの方々が来てくださり、一緒に楽しいひと時を過ごしました。いつもありがとうございます。

お天気の良い日を見計らい、長岡市の福島江や悠久山・見附市の大平森林公園などに桜を見に出かけました。満開に咲いた桜はとてもキレイで、皆様春を満喫しておられました。



## 山菜と健康の関係

日本人が縄文時代から食べてきた山菜には、実は様々な健康効果があるそうです。代表的なワラビやゼンマイには抗酸化作用が、タラの芽には血糖値上昇を抑える作用が、ウドには鎮痛作用があるのだとか。自然の持つ癒しのパワーはすごいですね★

