

みどりの里山岸だより

10月

今月の花

浜菊(はまぎく)

〈 花言葉 〉

「逆境に立ち向かう」



ハロウィンとは...

毎年10月31日に行われる。古代ケルト人が起源と考えられている祭りのこと。もともとは秋の収穫を祝い悪霊などを追い出す宗教的な意味合いのある行事であったが現代では特にアメリカで民間行事として定着し、祝祭本来の宗教的な意味合いはほとんどなくなっている。カボチャの中身をくりぬいて「ジャック・オー・ランタン」を作って飾ったり、子供達が魔女やお化けに変装して近くの家々を訪れてお菓子をもらったりする風習などがある。



秋に気になる病気って...

1. 以外に多い秋の食中毒、注意が必要です。
2. 風邪や花粉症にも気をつけて下さい。
3. ぜんそくにも注意！
4. うつの症状に注意！



知っ得コーナー

〈ニンニクの皮を簡単にむく方法〉

- ①ニンニクを1粒ずつにばらす。
- ②ばらしたニンニクを市販のジャムの空ビンに入れ
しっかり蓋を閉めて10秒間シェイクする。

※たったこれだけで、皮はむけて
います。お試しください。



談話室風景



イベント風景 (富士ソフト)



この時期は夏の疲れ、日中と朝や夜の温度の変化が激しくなり
体力や免疫力が低下しやすいのでお体を大切にして下さい。