



# ゆいまあるだより

2015年  
5月号



風薫るさわやかで過ごしやすい季節が到来し、道や野原には草花の若葉が芽吹いて私たちの目を楽しませてくれています。皆様はお変わりなくお過ごしでしょうか。今月はお花見などの行事をご紹介します。



## 4月のイベント【お花見】



春の風物詩、桜を求めて阿久比近辺を入居者様と散策した際の写真を掲載させていただきます。4月は暖かな陽気と春風に誘われ外出する機会を多く持つ事が出来ました。神社や公園にお出かけし桜を間近で眺めていると春を感じる事ができて、とても穏やかな気持ちになれます。しかし気持ちばかりではありません。私たちは桜のその美しい見た目ばかり気をとられがちですが、実は桜の花の香りにも様々な効果があるのです。



他の花にはない独特で上品な芳香を持つ桜の香りには鎮静作用や血圧低下作用、リラックス効果など沢山のメリットがあるようです。桜花のピンク色にも女性限定ですが美肌、若返り、疲れやストレスの緩和などの嬉しい効果があります。お出かけから戻った後に皆様が普段よりもお若く見えたのは目の錯覚ではなかったみたいです。

## スタッフ紹介コーナー⑦【磯村真規子さん】



磯村真規子(いそむら まきこ)と申します。  
ゆいまあるでの勤務は3年目になりますが、介護の仕事は15年になります。入居者様からいつも教わる事ばかりで日々勉強中です。  
これからもよろしくお願い致します。

ホームページがリニューアルしました [ha-bu.net/](http://ha-bu.net/)



お知らせ：5月17日に家族会があります。

