

# しおさいデイサービスセンターだより

Shiosai Day-Service Center News

## 梅雨空・・・



6月です。5月の中頃から雨が降る日が多く、今年は梅雨もかなり降るのでしょうか。

ジメジメ蒸し蒸し。本当に嫌な時期がやってきました。洗濯物は乾かない、部屋干しすると臭いが気になる等々・・・しかしお百姓さんなどにとっては恵みの雨。

全てが悪い訳ではないですね。

実はこの時期、風邪が流行る季節でもあります。日中と夜間の寒暖の差、一番影響するのは「エアコン」でしょうか。

まだ体がエアコン慣れていない状態で冷気にあたると風邪をひいたり体調を崩す原因になります。コロナの影響もあり、窓などを開けて換気したいところですが湿気が入るのでなかなか難しい時期でもあります。

ただ嫌な時期というばかりではありません。6月に挙げる結婚式の花嫁「ジュンブライド」は幸せになれるという逸話もあります。ギリシャ神話からともいわれていますが、当時ヨーロッパは農繁期の3～5月は結婚が禁止されていました。

そのため結婚式が解禁となる6月に式を挙げるカップルが多かったという話もあります。

またこの時期ならではの楽しみ「紫陽花」観賞もあります。雨の似合う花の代表でもありますね。

この6月を乗り切ると本格的な「夏」に入ります。食欲が失せる時期でもありますがしっかり食べ、十分な睡眠をとりこれからの季節を乗り切っていきましょう！



介護のことなどで、お困りのことなどございましたら、しおさいまでお問い合わせください。

担当 しおさいデイサービスセンター 生活相談員 小手川 哲夫

連絡先 85-0539