



のぎく

だより



“今日は何の日(11/23)？～キンカンの日～”

勤労感謝の日にならない、肩こり・腰痛などに効果がある塗り薬『キンカン』を通じて働く人への感謝の意を表すことを目的とし、制定されました。

クイズです！

1930（昭和5）年に発売されたキンカンは、当初は何の治療薬だったでしょう？？？

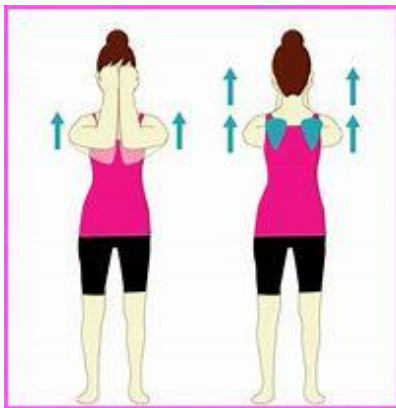
- ①虫さされ
- ②肩こり
- ③やけど

答え ③

株式会社金冠堂の創業者 山崎栄二氏は大やけどで姉の子どもが亡くなったことが忘れられず、研究を続けて治療薬を完成させました。

第二次世界大戦中、空襲時の火災によるやけどなどの救急薬として高い評価を得て、戦後は家庭常備薬となり、虫さされ・肩こり・神経痛などにも使用されるようになりました。

肩こり予防体操をしましょう！肩甲骨周辺のストレッチ



肩を耳につけるようなイメージで肩甲骨を上げ、ストンと下ろします。

※目安は5回です。
※椅子に座ってゆっくり行いましょう。



背中を丸めるように肩甲骨を前に動かして、肘を引いて胸を張り、肩甲骨を寄せます。

※目安は5回です。
※椅子に座ってゆっくり行いましょう。

“今日は何の日(11/25)？～いい笑顔の日～”

『いい(11)笑顔=にっこり(25)』の語呂合わせにちなみ、制定されました。より多くの人に『健康で笑顔に』という意識を持ってもらうことを目的とした記念日です。

笑顔の効果！

笑顔になると、心身ともにリラックスでき、血糖値の上昇を抑え、免疫力がアップします。

水交苑の基本理念は、

♡『元気な笑顔』と『心で感じるあたたかさ』♡

ご利用者のみなさんに、『のぎくに来て良かった』と言ってもらえるように、

職員一同がんばっていきますので、よろしくお願いします。





“ 今月のご当地グルメ ”



全国のご当地グルメが
食べられるよ！みなさん！
お待ちしております！
トルコライス（長崎）
のっぺい汁（熊本）
トマトの卵とじ（熊本）
デコポンゼリー（熊本）
高菜漬（熊本）



きりたんぽ



“ 誕生者のみなさん おめでとうございます ”



齋藤フクエ様



加藤クニエ様



吉田 美代様



小川 秀夫様



中村 ヌイ様



櫻庭 アキ様



佐藤 ユリ様



佐藤 京子様



戸田 明子様

“ のぎくの風景～秋の観光ツアー など～ ”

