

# 6月



富田訪問看護ステーション便り 2025年6月10日発行

梅雨入りしましたね。



## 6月の花の紹介

### あじさい（紫陽花）

梅雨の季節を美しく彩るアジサイは古くから日本で愛されてきた花で、原産地は日本です。幕末に海外に紹介され品種改良が盛んにされたそうです。アジサイは土の酸度によって花の色が変化します。



### なでしこ（撫子）

小さな花をたくさん咲かせる多年草です。ナデシコは日本文化とも関係が深く「大和なでしこ」という言葉は日本の伝統的な女性の美しさや品格を象徴しています。

### くちなし（梔子）

梅雨から初夏に甘い香りの真っ白な花を咲かせます。西洋では幸せを象徴する花とされています。



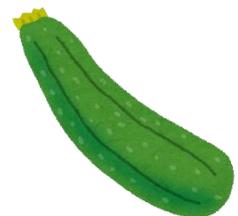
## クイズコーナー



答えは裏面です!

1. 夏に旬を迎える野菜の「ズッキーニ」はどの野菜の仲間でしょうか?

- ①きゅうり ②かぼちゃ ③なす



2. 6～9月に旬を迎える野菜の「インゲン」、別名がありますが どれでしょうか?

- ①いとう ②ごとう ③さいとう



# 富田給食センターの紹介



ご利用者様の健康を栄養面からサポートしています。

- ◇入居施設の食事
- ◇デイサービスの昼食
- ◇持ち帰り弁当
- ◇配食サービス
- ◇栄養相談



給食センターには**管理栄養士が4名在籍**しています。  
在宅生活を送られている方々の食事や栄養の相談にのったり、  
アドバイスすることもできます。

例えば、・食事の量はこれで十分かしら？

- ・栄養の偏りはないか心配
- ・何をどう食べてよいのか、わからない
- ・最近痩せてきているけど、大丈夫？
- ・体重ば増えているけど、何か工夫できるかな？
- ・食欲がない

などなど



栄養や食事についての心配事がある場合は、  
まずは、訪問看護のスタッフにお伝えください。  
専門的な内容でのアドバイスが必要な場合は  
管理栄養士が対応できます。

## クイズの 答え

### 1. ②かぼちゃ

ズッキーニは見た目はきゅうりと似ていますが、ウリ科のカボチャ属の野菜です。

### 2. ③さいとう

インゲンは別名を「菜豆（さいとう）」と言います。関西では一年に3回収穫できることから「三度豆（さんどまめ）」とも呼ばれます。



編集後記 暑さに慣れていないこの時期は、熱中症になりやすいそうです。

水分摂取が少ない方が多いと感じています。訪問時やリハビリの後には水分補給の声掛けをさせてもらいますね。のどが渴く前に少しずつ飲んでくださいね。

富田ケアセンター有限公司  
富田訪問看護ステーション



086-522-5550