

## 6月の行事

|          |           |          |
|----------|-----------|----------|
| * 3日(火)  | 手芸        | 10時~12時  |
| * 4日(水)  | 陽だまりの会    | 10時~12時  |
| * 9日(月)  | 手芸        | 13時~15時半 |
| * 10日(火) | 映画鑑賞      | 14時~16時  |
| * 11日(水) | 陽だまりの会    | 10時~12時  |
| * 18日(水) | 陽だまりの会    | 10時~12時  |
| * 19日(木) | 移動図書      | 10時~11時半 |
| * 20日(金) | パソコン& お茶会 | 10時~11時半 |

予定の変更・追加等がありましたら、後日連絡致します。

## 五葉山とツツジ

ツツジが見頃をむかえていますね。今出山の山頂もいつの間にかきれいな紅色に染まってきています。さて、三陸沿岸随一の高峰として優れた景観を誇り、高山植物の宝庫でもある五葉山ですが、特にツツジは赤坂峠から畳石にかけて大群落を形成しており、その紅い花が一斉に咲き揃う様は五葉登山シーズンの幕開けを告げる風物詩となっています。五葉山は北上山地では早池峰山に次ぐ高さであり、山頂からは岩手山や早池峰山を望むこともできます。「五葉山」の名は「阿弥陀如来」、「薬師如来」、「観音菩薩」、「虚空蔵菩薩」、「愛染明王」の五仏を祀る事から由来するという説と、または藩政時代は伊達藩直轄の山であり、ヒノキ、ツガなどの材産資源が重要視されて「御用山」と呼ばれていたことから由来するとも言われています。

## 今年の夏至は6月21日(土)

冬至の日にはかぼちゃを食べますが、夏至の日の食べ物も地域によってあるようです！

- \* 関西 … 『たこ』 たこの足のように稲が奥深く根を張ることを祈願して食べる
- \* 京都 … 『水無月(和菓子)』 餅のように粘り強く、という意
- \* 関東 … 『水無月(和菓子)』 餅のように粘り強く、という意
- \* 三重県 … 『ミウガ』 由来不詳
- \* 福井県 … 『サバ』 精魂込めて田植えに従事する農家の方々を見ていて昔のお殿様がサバを食べさせてあげたのがはじまりとか。

## カビ対策

梅雨の時期にどうしても気になるのがカビ。カビはいったん生じてしまうと取り除くのが難しく、カビ臭いニオイや空気の中にもカビなどの雑菌が含まれ健康面にも影響を及ぼします。効果的なカビ対策とは？

**\* 風通しを良くしておく** 雨が降って窓が開けられないような時は、扇風機や換気扇を利用。空気の流れを作るという点では大いに役立つ。

**\* 水分を残さない** 台所のシンク周りなどに残った水滴をさっと拭き取る習慣を身に着けましょう。浴室や洗面所などに関しても使用した後は水切りワイパーなどで水を切る。浴室の壁に飛び散った水分なども簡単に拭き取るようにするなら驚くほどカビの発生を防ぐことができる。