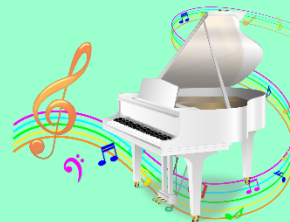


かまいし ワーク・ステーション だより

～2024年(R6)2月号 No.149～



社会福祉法人 翔友
岩手県釜石市鶴住居町
第25地割13番地43
TEL: 0193-55-6031
FAX: 0193-55-6032

2月のフルーツ…不知火(デコポン)

花言葉=「あなたは純潔」、「家族愛」



不知火は、清見とポンカンを掛け合わせた品種です。その中で限られた条件をクリアした物がデコポンというブランド名を名乗ることができます。規定の糖度と酸味を満たした他に、熊本農協の商品登録になっているのでJAが出荷する物だけが使用できるそうです。不知火は糖度が高く、皮がむきやすく、薄皮ごと食べられる特徴があります。柑橘の中でも、酸味が少なくジューシーなのも人気の理由です。ビタミンCやカリウム、クエン酸などを含むので栄養も豊富なのも嬉しいですね。少しお値段は高めですが、旬の果物は体に良いのでご賞味ください。

おめでとう ございます

浜名光さんと川畑亮太さんがめでたく二十歳になりました。自治会さんから、浜名さんは緑の手袋&マフラー、川畑さんには大好きなトーマスのエフロンがお祝いとして贈られています。皆で成人の日行事食を食べながら、二人をお祝いしました。



【川畑亮太さん】
これからも
仕事に集中！
休みはフラレールで
遊びたい♪



【川畑所長】
成人おめでとうございます。
やりたいことや夢に向かって
挑戦してみましょう。
これからも応援しています。



【浜名光さん】
成人になりました。
まだ知らない
社会のルールを
知っていききたいです。



健やかな体へ

～I love me でいいじゃない～

今年暖冬の影響で2月には花粉が飛び始めるとの話ですが花粉症の症状がある方には悩ましい春になりそうですね。日本人の4人に1人が発症しているとも言われていますが、今まで大丈夫だったのに、突然花粉症になった話も聞きます。花粉症は風邪と症状が似ているため区別が難しいので迷ってしまうかもしれません。次の症状があった場合は花粉症の可能性があるので参考にしてください。花粉症のくしゃみは突然発生して連続で起きます。花粉が鼻の中に入ってアレルギー症状が出るからとのこと。鼻水は透明でサラサラしています。黄色で粘り気がある時は風邪の可能性がありますが、鼻づまりについては区別がつかないそうです。熱は微熱程度なので、37.5度以上は風邪やコロナなどの感染症かもしれないので気を付けましょう。そんな花粉症対策として期待できるのが、青魚に含まれるDHAやEPAです。アレルギーになる物質の働きをおさえる効果があるそうです。体内では作られない成分なので、手軽に食べることができる缶詰などがいいですね。サバ缶はアレンジが効くのでお勧めします。



花粉症です



ワーク・ステーション 冬の販売会！

この冬は、クリスマス関連の販売会に参加させて頂きました。うのすまい・トモスでのクリスマスマルシェやイオンタウン釜石で開催のクリスマスマーケットなど、ワクワクなイベントでの販売会は売り手も楽しい気分になります♪



ボールクッキーがサンタさんだったり、マフィンもキラキラのリボンを付けて、クリスマスを演出しました(◡◡) みやこワークさんの販売ブースもご紹介しませう♪



香り豊かなコーヒーにぴったりな焼き菓子も用意されていました。シフォンケーキはふわふわで美味しい！ふたつのワークをごひいきください。



リボン作業をがんばっています！！

今年も、(株)グランバー釜石工場様からラスク箱のリボンかけ作業を頂きました。ありがとうございます。リボンが緩くならないように結ぶので力の加減にコツがあるそうです。皆でひとつひとつ丁寧に作業をしています。お疲れさまです。今回はシュリンク科の浜名さんに感想を聞きました。



【浜名さん】
シールやリボンの位置に
気を付けています。
その他にもあるので全部
気を付けるようにしてい
ます。

Happy Birthday

2月4日 中嶋幸子さん

健康に気をつけて
お仕事がんばります。

2月9日 金澤美夕さん

何事もなく
仕事をがんばりたいです。



編集後記

まだまだ寒さが厳しい2月ですが、春財布と言って2月に財布を新調して使い始めると縁起が良いとの言い伝えがあります。張るに語呂合わせで、財布がパンパンに張るといふ金運アップの意味があるそうです。それに春は芽吹き季節ですから、何か良いことがありそうなワクワク感もあります。春財布は色や形によって大きな効果をもたらすそうですが、自分の好きな色や使いやすい形を選ぶと大切に使うことができますね。私は長財布派なのですが、最近は可愛いミニ財布もよく見かけます。桃色など明るい色で気分転換も良いですね。(原田)

