

謹賀新年

明けましておめでとうございます。謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年度は、前年に引き続き感染症対策へのご協力、また、休業日の変更に際し、多くの皆様にご協力を頂きました。深く感謝いたします。

厳しい環境は続きますが、本年もスタッフ一同、より一層安全・衛生対策に留意しつつ、安定したサービスの提供を心がけてゆきたいと思っております。

新しい年が皆様にとって幸多き年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

本年もよろしくお願いたします。

クローバーケアセンター スタッフ一同



令和6年
(2024年)
1月号

vol.161

お風呂の残り湯、どうしてですか？

光熱費の値上がりや環境意識の高まりもある中、お風呂の残り湯がもったいないと感じている方も多いかと思っております。再利用法と注意点をご紹介します。

●洗濯で再利用

定番の利用法。衣類に付いた皮脂汚れは、水よりもお湯の方が浮かす効果が高いため、冷めた後ではなく、まだお湯のうちに使用すれば、汚れが落ちやすくなります。

●植物の水やりで再利用

人間の皮脂や汚れが混じったお風呂の残り湯は、実は植物にとっては高い栄養分になると言われています。ただし植物は、お湯に弱い種類も多いので、お湯を冷まして常温にした状態で使用しましょう。

■お風呂の残り湯を再利用するときの注意点

●丸一日経った残り湯は使わない

人間の皮脂や汚れが入った残り湯は、時間がたつほど細菌が増えていきます。追い炊きをしても、40度ほどのお湯で死滅する菌は極めて少ないといわれています。なお、入浴後に重曹や炭酸ソーダを入れると水がアルカリ性となり、細菌の繁殖を抑えることができます。

●洗濯では「すすぎ」まで残り湯を使用しない

「すすぎ」まで使用してしまうと、残り湯にいる細菌が洗濯物に移り、臭う原因となります。残り湯で洗濯する際は「洗い」のみに使用し、「すすぎ」には新しい水を使用しましょう。

●入浴剤入りの残り湯に注意

入浴剤には、さまざまな成分が入っているため、再利用の際には注意が必要です。例えば植物への水やりに入浴剤が入った残り湯を使ってしまうと、枯れてしまう事があります。特に着色された入浴剤が入っている場合は、植物には使えませんので注意しましょう。

●掃除で再利用

お風呂掃除やトイレ掃除、床や壁などの拭き掃除でも残り湯は活用できます。

●車やバイクの洗車で再利用

最初に残り湯と洗剤を使い、汚れを落とし、最後に新しい水を使って綺麗に洗い流すだけでも節約になります。



安心、安全
スピーディな対応

訪問入浴のことなら
おまかせください！

026968

検索

クローバーケアセンター

CLOVER

1月

訪問理美容
サービスの
お知らせ

17日(水)

※11日(木)

※23日(火)

※pmのみ
受付可



簡単一品料理

☆☆レンジで簡単☆☆ *ツナマヨれんこん*



①れんこんは縦半分に切ってから、薄く切る。水につけ水気を切ってから、耐熱容器に入れてふんわりとラップをし、600Wのレンジで3分加熱。

②ツナ缶は缶汁を切る。

③れんこんにツナ、マヨネーズ・めんつゆを加えてあえる。器に盛って細ねぎをちらす。お好みでこしょうや七味唐辛子をかけると美味しいです。



◆材料 (2~3人分)

れんこん・・・5cm
ツナ缶・・・1缶(70g)
細ねぎ(刻み)・・・適量

☆調味料

マヨネーズ・・・大さじ1
めんつゆ(3倍濃縮)・・・小さじ1
こしょう・・・少々

今月の脳トレ

新春！脳トレスペシャル お正月〇×クイズ

第1問～第10問の正誤を、すべて〇×でお答えください。

- 【初夢】 第1問 初夢に出てくると縁起が良いとされている鳥は、ツバメである。
- 【おせち料理】 第2問 数の子は、クジラの卵である。
- 第3問 黒豆には、「苦勞せず楽に過ごしたい」という願いが込められている。
- 第4問 伊達巻きは、魚のすり身と卵を使って作る。
- 第5問 「栗きんとん」には、金運を願う意味が込められている。
- 【鏡餅】 第6問 鏡餅には厄を吸い取る役割がある。
- 第7問 鏡開きの際、鏡餅は刃物で切ってはいけないとされてきた。
- 【お正月風習】 第8問 正月飾りは、1月3日を過ぎたら片付けるべきである。
- 第9問 七草粥は、1月7日に食べるものである。
- 第10問 お正月には関東では角餅、関西では丸餅を食べることが多い。



ヒントと解説 (正解は右下部に掲載)

- ◆第1問◆ 「一富士二鷹三茄子」が出てくると縁起が良いとされています。縁起が良い鳥は「鷹(たか)」です。
- ◆第2問◆ 数の子は、ニシンの卵です。たくさんの卵があることから、「子孫繁栄」の縁起物となっています。
- ◆第3問◆ 黒豆には、「まめに暮らせるように」という願いが込められています。
- ◆第4問◆ 伊達巻きは、魚のすり身と卵を使って作られています。その形が昔の書物である巻物に似ていることから、「知恵が増えること」を願う知恵の象徴とされています。
- ◆第5問◆ 「栗きんとん」の黄金色の綺麗な見た目を、小判や宝物に見立てていたと言われています。
- ◆第6問◆ 鏡餅は年神様への供え物であり、年神様が宿る依り代です。年神様の力が宿ったありがたいお餅を食べることで、その力を有難く分けていただきます。
- ◆第7問◆ 「刃物で切る」という行為は「切腹」を連想させるため、年神様の力が宿った縁起が良いお餅を「切る」



- ↑のは、縁起が悪いとして避けられてきました。その代わりに木槌などを使って鏡餅を叩いて開く(割る)ようになりました。
- ◆第8問◆ 正月飾りは、「松の内」が過ぎたら片付けるものとされています。「松の内」は、一般的に多くの地域では1月7日とされていますが、関西などの一部地域では1月15日が「松の内」とされている場合もあります。
- ◆第9問◆ 七草粥は、1月7日に食べるものです。植物の生命力を取り入れることで、無病息災を願う意味が込められています。
- ◆第10問◆ 丸餅は1つ1つ手作業で丸めていくと非常に手間と時間がかかるため、江戸時代、日本の人口の多くが集中していた関東では、大量生産しやすい角餅が作られるようになりました。

正解は

第1問× 第2問× 第3問× 第4問○ 第5問○
第6問× 第7問○ 第8問× 第9問○ 第10問○

