

うすずみたより

社会福祉法人 淡墨会

特別養護老人ホーム 根尾川ガーデン

令和7年 12月号

柚子風呂でぽかぽか

根尾の山々が新雪をいただくようになり、ガーデン周囲も間もなく雪が積もる季節を迎えます。毎年恒例の柚子湯用にと中庭の柚子を収穫に行きましたが、残念ながら今年は不作でした。その為例年ほど収穫はできませんでしたが、なんとか柚子湯分は確保することができました。

柚子にはビタミンCやクエン酸が豊富に含まれており、柚子湯にすることで血行促進や肌の保湿作用があるとされています。その起源は、江戸時代の銭湯で客寄せのために冬至に柚子を入れたことが始まりと言われています。また、ガーデンのお風呂は地下1,500メートルから湧き出る源泉を利用した、神経痛・関節痛・冷え性等に効能のある天然温泉です。

さっそく収穫した柚子を浮かべて、爽やかな香りを感じながらの温泉を楽しんでいただきました♪



とってもいい香り♪



いつも増してポカポカになりました♪

年末のご挨拶

今年も残すところあとわずかとなりました。ご家族の皆さまにおかれましては、本年中いろいろとお世話になり、ありがとうございました。

利用者の皆さまが、日々健康で穏やかな生活が送れるよう職員一同頑張っ参ります。来年もどうぞよろしくお願い申し上げます。