



ゆかり通信

Vol.34

発行：ゆかりグループ（複合型介護事業所）

2026年2月号大原版

バレンタインで人気のチョコレートですが、古代中南米のアステカ帝国ではカカオは簡単にはとれなかったため、とても貴重で王族や貴族しか口にすることができず、疲労回復・滋養強壯の薬としても使われ、さらにはお金の代わりに使われたこともあったそうです。

なんと奴隷はカカオ豆100粒で取引されていたそうで、今では考えられませんよね。そんな価値のあるカカオ、苦味があるため砂糖を加えて飲むようになってから一気に人気が出たそうです。



周年祭

おかげさまで今年で19年目を迎えることができました。皆様に感謝の気持ちをこめて開催しました。



ラジオ体操にはじまり、職員によるトーンチャイム、そしてマジックショーは、チマチョゴリを着た女性がアシスタントです。衣装も歌も素敵でした！

そして今回の演目の目玉である、職員とご利用者様協力による、紅白歌合戦。とても盛り上がりました。最後はご利用者の皆様も参加して、全員で合唱を行いました。午前の部は「夕焼け小焼け」、午後の部は「東京ブギウギ」ご利用者様のたくさんの笑顔を見ることができ、職員も元気をいっぱいいただいて、

「周年祭」は大盛況のうちに終わることができました。



指定事業者 複合型介護センター

ゆかりグループ

◆ ゆかり大原

地域密着型特定施設入居者生活介護

小規模多機能型居宅介護

短期入所生活介護

居宅介護支援事業所

☎ 0470-60-9577



大原ブログ



インスタグラム

運営会社：株式会社アングル・アンテック 千葉県千葉市中央区弁天 1-15-1 細川ビル 6 階



花粉症

花粉症は、植物の花粉が原因で起きるアレルギー症状の一つです。代表的なものには、スギやヒノキなどがあり、鼻腔内に入ってきた花粉に対する免疫反応によって目のかゆみやくしゃみ、鼻水などの症状を引き起こします。食生活から花粉症対策をしていきましょう。

花粉症に効果的な食べ物



ヨーグルト

乳酸菌・ビタミンC

乳酸菌が豊富で、腸内環境を整える代表的な食品。ビタミンCも摂取出来るため、アレルギー症状にも適しています。



きのこ類

食物繊維

食物繊維をたっぷり摂れるきのこ類。腸内環境へのアプローチに役立つ食材です。



緑茶

カテキン

緑茶を飲むと、アレルギー誘発物質であるヒスタミンの働きを抑えると言われるカテキンが接種できます。



花粉症対策



青魚

不飽和脂肪酸（EPA（エイコサペンタエン酸）DHA（ドコサヘキサエン酸））

サバ、アジ、イワシなどの青魚の油（EPA、DHA）には、アレルギー症状を引き起こす物質の放出を抑える作用があるとされています。



花粉症を悪化させない為にできること



- ◎ バランスの取れた食事
- ◎ アルコールを抑える
- ◎ タバコを抑える



生前対策・相続のお悩み すべての手続きをお任せください。



後見人制度について知りたい。

遺言書の準備をしたい。

土地や建物を売却して相続人で分けたい。

相続不動産の名義を変更したい。

預金の解約手続きをしたい。

相続放棄をしたい。



＼ お気軽にお電話ください ＼

おもいをつなぐ専門家集団

千葉 相続相談センター

（運営：最首総合事務所グループ）

受付時間：9:00～17:30 Mail: chiba-souzoku@s-s-j.co.jp

☎ 0120-130-279

千葉市中央区弁天1-15-1 細川ビル4階（千葉駅北口から徒歩約1分）

Saishu

ホームページは
こちらから



万が一のとき…

ご家族に代わり
寄り添い支えます



どんな支援を
しているの？



身元保証

施設入居・入院時などの身元保証



生活支援

事務・入退院手続き、各種支払い、
買い物代行、生活見守りサポート



金銭預託管理

財産を司法書士が、適法に
管理してご報告



葬送支援

万が一の場合、ご家族に代わり
お見送り、納骨までのお手伝い



死後事務支援

解約・返還などの死後のお手続き



遺品整理

遺品整理のお手伝い

※愛の会のサポートは介護保険適用外のご支援です。

一般社団法人

めぐみ

愛の会

Megumi association



0120-707072

<https://meguminokai.or.jp/>

千葉市中央区弁天1-15-1 細川ビル4階



複合型介護施設ゆかりは「最首総合事務所グループ」の介護事業部門です。