

# あかるいまち21

## コロナに負けるな!

No.1326 2020年6月8日組合員活動推進課 082-532-1264

	6月	2020年度
組合員ふやし	20人	185人
出資金ふやし	385万円	2417万円
純増	343万円	1354万円

### 収穫してきました!



6月5日 安芸太田町にて田方支部の支部長さんからのお誘いを受けて朝9時より「小松菜」の収穫を体験してきました。周りは濃い緑に囲まれた山あい。



ビニールハウス内で「小松菜」や「ほうれん草」がいっぱい。

この地域のビニールハウス内では「葉物野菜」の栽培が盛んに行なわれており「小松菜」は種蒔後40日程度で出荷できる大きさに育つそうです。



収穫仕立ての「小松菜」は茎が堅くなく非常に収穫がし易かったです。別のハウスで「小松菜」を調理し参加した皆さんで遅めの朝



食(早めの昼食)を頂きました。全ての食材には「小松菜」が入っており参加者の皆さんと共に自己紹介をしながら「小松菜」料理を楽しみました。



今回このハウスを管理されている方から「是非、収穫体験を希望される方が

おられましたら、お電話下さい。」と云われていました。一度、体験する価値はあります!

## 生協歯科ひろしまより情報提供いただきました

### 入れ歯のお手入れシリーズその②



#### 入れ歯のお手入れのコツ!!



- 入れ歯は毎食後外して、歯とは別に洗いましょう
- 入れ歯専用ブラシの使用をおすすめします
- 入れ歯を使用しないときはお水につけましょう  
(乾燥すると入れ歯が割れる原因になります)
- 熱湯は入れ歯が変形する可能性がありますので気を付けましょう
- 入れ歯を落として割れないように洗面器などの上で洗いましょう
- 匂いが気になる場合は、義歯洗浄剤の使用をおすすめします
- 入れ歯が合わなくなったときは、歯科受診をおすすめします



★お口が乾燥していると痛みがでることがあります

→そんな時には!! **保湿ジェル**がおすすめ“**リフレケア**”