



あるアメリカの農場ではミツバチをととても大切に、「私の娘たち」と言って愛情大事に育てる風習があります。その理由はミツバチがうみだすはちみつにあります。純粋の生はちみつには各種ビタミン、ミネラル、酵素、抗酸化物質など健康にととても良い成分含まれており、ミツバチがたくさんいる農場は豊かな農場として昔から重宝されているので

【はちみつの効果・効】

- ①胃腸の調子を整える（胃のピロリ菌の退治）
- ②口内炎を防ぎ、歯の衛生状態を保つ
- ③老化防止・美容効果（荒れた肌の修）
- ④腸内の善玉菌を増加させる
- ⑤抗生物質で効かなくなった耐性菌を撃退す
- ⑥疲労回復や不眠症に効果的
- ⑦脳を活性化し、認知症を予防する
- ⑧貧血の改善



簡単にできるはちみつドリンクの作り方

【材料】

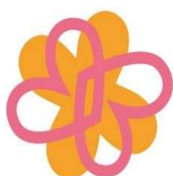
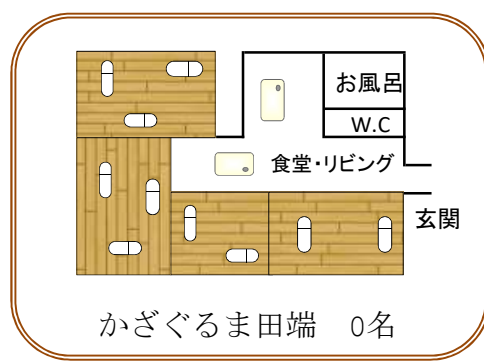
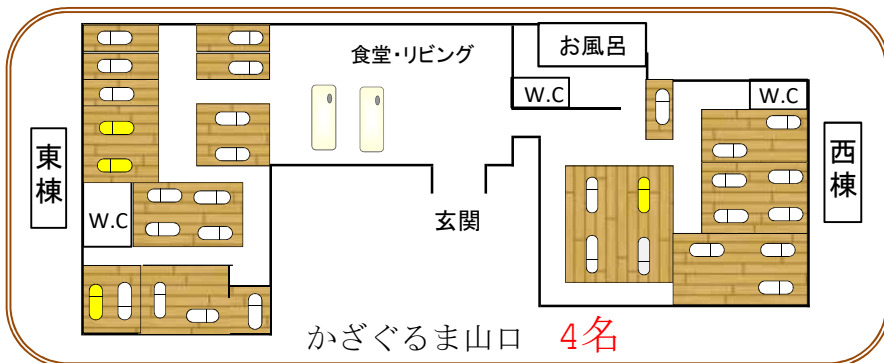
- ・白湯 500cc
- ・天然はちみつ 大さじ2
- ・天然塩 小さじ1/4
- ・ビタミンC（粉末のアスコルビン酸） 小さじ1/2～

寝る前に飲むと  
ぐっすり気持ちよく  
眠れるよ♪



◇はちみつは腐らないので非常時や災害時の備蓄にも最適です！

空き部屋状況 6/1現在 ● . . . 空



住宅型有料老人ホーム

かざぐるま TEL 052-799-8103

介護・看護の事でお困りのことがあれば  
何でもお気軽にご相談ください。

〒488-0808 尾張旭市東山町1-2-5 【ご相談・受付】 9:00~18:00 (土日を除く)

アサヒビル202

【担当】 久保田・加藤 (介護福祉士・実務者研修修了)