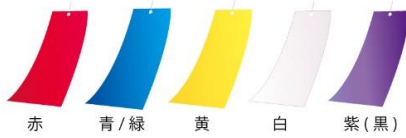


## 今月の目標



# 暑くなりました。こまめに水分補給をしましょう

### 短冊の意味



赤 青/緑 黄 白 紫(黒)

短冊は五色の短冊に願い事を書いて飾ります。初めは五色の糸を飾っていた事から、江戸時代に転じて五色の色が使われるようになりました。五色は青、赤、黄、白、黒(紫)の事を指します。七夕は元々、機織りや裁縫の上達を願う行事のため、物が欲しいと言う願い事ではなく、手習い事の上達を願う方が良いとされています。

### 海 開 き

元々あった山開き、川開きという言葉にならってできた言葉で、海水浴シーズンの始まりを告げています。今のような海水浴を楽しむようになったのは、明治時代の頃からと言われています。

### 山 開 き

夏登山の始まりの日。富士山の山開きは7月初めで、日の出を見るために、たくさんの方が山に登ります。

### 川 開 き

川遊びの始まりを告げる行事。大きな花火大会が開かれるところもあります。

### 7月の行事予定

- ・誕生会(1名様) 10日(水)
- ・手作りおやつ(くずもち) 6日(土)
- ・七夕メニュー 3日(火)、11日(木)



# 誕 生 会



お誕生日おめでとうございます。6月生まれの方は3名いらっしゃいました。リズムカルな曲で衣装した職員が登場し、皆様喜ばれていました。プレゼントやケーキも気に入って頂けたようで良かったです。楽しい誕生会になりましたね。

# 手 作 り お や つ



6月5日(水)は手作りおやつの日で、水ようかんを作りました。ボリュームがあり、中のつぶつぶがとてもいい食感でした。皆様、美味しそうに召し上がっており、あっという間に完食されていました。次回も頑張ってお作りしましょう。

# お 楽 し み メ ニ ュ ー



6月10日(月)、18日(火)はお楽しみメニューの日です。バターロール、ミートソース、コーンスープ、といつもとは少し違った珍しいメニューで、皆様とても喜ばれておりました。特に、ミートソースは昼食に出た事はほとんど無いと思いますので、食べる事が出来て良かったですね。

# 菖 蒲 湯



6月3日(月)～8日(土)は菖蒲湯週間でした。いつものお風呂とは違って菖蒲が浮いているので、皆様匂いを嗅いだりして楽しまれていました。菖蒲には、神経痛や腰痛を和らげる効果があるそうです。また、血行促進や肩こりの改善、リラックス効果なども期待できます。