

あ す か

2026年6月
(水無月)
第 284号



今月の目標

気温が高くなってきています。



こまめに水分を摂りましょう！

6月は梅雨や紫陽花をはじめ初夏を彩る多くの風物詩があります。和風月名では「水無月(みなづき)」と呼ばれていますが「水無月」の「無」は、水が無いという意味ではなく「水の月」という意味を表し、田植えが終わった田んぼにたっぷり水を張る季節であることが由来とされています。川魚の王様と呼ばれる鮎(あゆ)は初夏から旬を迎えます。鮎は「清流の女王」と呼ばれスイカやキュウリに似た爽やかな香りを持つことから「香魚(こうぎょ)」とも書かれます。鮎は寿命が1年しかないため「年魚(ねんぎょ)」という別名もあります。日本では1万年以上前から食べられていた魚と言われています。鮎に限らず旬な食材は野菜(トマト、枝豆、オクラなど)や果物(さくらんぼ、梅など)でも美味しくなる時期です。じめじめした天気に入入する季節ですので心と身体の体調管理に気をつけて過ごしましょう。

5月の特別メニュー



タンドリーチキン風
ひじき煮
味付け里芋



チキンカツ煮
ブロッコリーのくず煮
刻み大根の梅肉和え

6月の行事予定

- ・誕生会(2名様)
16日(火)
- ・特別メニュー
11日(木)、22日(月)



5月の誕生日会



5月は5名の方の誕生日会を行いました。初めての誕生日会の方もいて職員の仮装に大笑い



喜んで頂けたようで楽しいひと時を過ごすことができました。



母の日カード



色とりどりの用紙に折り紙で作ったカーネーションを好きな色を選んでカードを作りました。是非お部屋に飾って頂ければと思います。

避難訓練



5/18(月)避難訓練を行いました！毎年2回行っている訓練です。口元をタオルやハンカチで覆い、全員無事に避難することができました。