

# だんだんよ

令和3年7月号

梅雨入り後1カ月が経過しました。比較的過ごし易い日もあれば、梅雨らしいジメジメとした日もあり、体調管理が難しい今日この頃です。朝起きて身体が重く感じる事も増えました。水分補給を心掛け、適度な睡眠、バランスの良い食事や運動を行って、日々の体調管理に努めたいですね。

## デイハウスあがりみち

### プラス ✿花プロジェクト + 野菜プロジェクト (続編) ✿



太陽をたくさん浴びたヒマワリと  
(写真右奥) 淡い色をつけたアジサイ  
の花です。✿境ひまわり保育園さ  
んへプレゼント致しました。



あるご利用者の方が、ご自宅で  
育てているサボテンの鉢植え  
を持って来て下さいました。  
鮮やかな黄色い花がきれいで  
すね✿



先月の記事ではレタスの収穫  
の様子を掲載させていただきました  
ましたが、今度はミニトマト  
の収穫が近付いています。  
早く食べたいな~☆

### あじさい ✿紫陽花の花が見頃です✿



美保関・七類地区  
での1枚です。  
色鮮やかな花々をバ  
ックに、にっこり  
ハイチーズ!!

裏面に続きま

# グループホームあがりみち

## 粽（ちまき）作りをしました



柏餅は日本オリジナル。日本の歴史に登場したのは寛永年間(1624~1644)頃だそうです。



端午の節句に笹で粽（ちまき）作りをしました。奈良時代、中国から端午の節句の風習の一環で粽（ちまき）が伝来したそうです。地域によって味付きのおこわ等、形や中身に違いがあります。柏餅も代表的ですね。グループホームあがりみちの皆様 手作りの粽（ちまき）も綺麗に美味しく出来ました。因みに、こちらの地域では「笹」ではなく「茅」を使用していたそうです。細い茅の葉を何枚も重ねて団子を巻きます。挑戦してみたいですね。



茅の葉です



## お問い合わせ

〒684-0033

境港市上道町2087-2番地

デイハウスあがりみち（管理者：三島直子）

TEL:0859-47-6545

グループホームあがりみち（管理者：小谷知江美）

TEL:0859-47-6541

〒684-0033

境港市上道町2053-1番地

新さかい幸朋苑（介護課長：南前裕修）

TEL:0859-47-6511