

梅雨入り後1ヵ月が経過しました。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

**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 んヘ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ቈ



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~☆



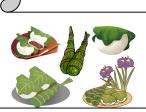
美保関•七類地区 での1枚です。 色鮮やかな花々をバ ックに、にっこり ハイチーズ!!

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



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。







お問い合わせ

T684-0033

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

T684-0033

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