



# ム・グランレポート

Vol.56平成29年7月1日発行

一般的に知られている夏の土用の丑の日。今年は7月25日（火）・8月6日（日）の2回です。土用の丑の日は季節の変わり目にあたるため、体調を崩さないよう栄養をたっぷり摂ろうという意味があります。1年の中でも夏は特に体力が衰えやすい季節ですね。ウナギを食べる習慣が一般に広まったのは1700年代後半、江戸時代でした。一説によれば「夏に売り上げが落ちる」とウナギ屋から相談を受けた蘭学者の平賀源内が、店先に「本日丑の日」と貼り出したのがはじまりだと伝わっています。この貼り紙によってウナギが売れ、ほかのウナギ屋もマネするようになったとか。実際にウナギにはビタミンAやビタミンB群など、疲労回復や食欲増進に効果的な成分が多く含まれています。夏バテ防止にはピッタリの食材といえるでしょう。スタミナ豊富なウナギを食べて体力の回復をはかり、真夏の暑さを乗り切りましょう。

## 父の日



6月18日の父の日 男性ご利用者様に、職員からささやかながらプレゼントを手渡しさせていただきました！「ありがとう♡」と、皆様大変喜んでくださいました(\*^\_^\*)いつまでもお元気でいて下さいね！！

# 歌の会



歌のボランティアさんが来て下さり、皆さんで大合唱しました♪皆様歌が大好き♡他にも紙芝居や日本舞踊も披露してくださり大変盛り上がりました！！



# 百人一首

頭をフル回転！  
皆様で百人一首を楽しみました♪



7月の予定

今月の特別食



- (メニュー)
- 枝豆ごはん
  - 天ぷら
  - 南瓜のそぼろ煮
  - フルーツ
  - 清汁