



さざんか便り

2026.8月号

夏バテ予防!
スタミナUP!!!





土用の丑



7月26日(日)/昼食

- 鰻井
～鰻の蒲焼・刻み海苔
- 炊き合わせ
～彩団子・南瓜・花型人参
- オクラのおろし和え
～オクラ・大根
- すまし汁
～花麩・三つ葉
- 果物～西瓜



酷暑が続く中でも、入居者様に元気にお過ごしいただけるよう、土用の丑の日に**「スタミナ満点の鰻」**をご提供しました。手作りの特製だれをたっぷりかけた鰻井は、「美味しい」と大変ご好評をいただきました。炊き合わせには、彩り豊かな彩団子や南瓜、花型人参を盛り付け、見た目にも夏らしい華やかな一品に仕上げました。副菜には、粘り成分が特徴のオクラを使ったおろし和えを添え、夏バテ予防を意識した献立としました。デザートには、みずみずしく甘い旬の西瓜をご用意し、夏の味覚をお楽しみいただきました。また、鰻をそのまま召し上がることが難しい方には、食べやすい「鰻ムース」をご提供し、多くの入居者様に土用の丑の日の行事食をお楽しみいただきました。

管理栄養士 矢作



土用の丑



夏の定番といえば、そうめん！
外がガラガラ暑い日に、流しそうめんを楽しみました。暑さで食欲がない時でも、つるつると食べられるそうめんは嬉しいですね～♪
ワイワイ楽しみながら、夏ならではのひとときを過ごしました。

たくさん
食べることが
出来ました～





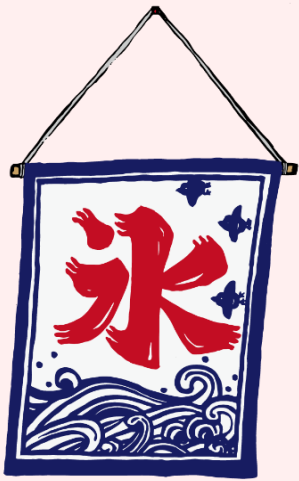
ひまわりと シャボン玉



さざんかの郷
『中庭にて』

今年は中庭に植木鉢を置き、
ミニひまわりとジニアを育てま
した。少し涼しい日には、きれ
いに咲いたお花を眺めながら、
シャボン玉を楽しみました。
心地よい風を感じながら、外の
空気に触れるひとときを過ごし
ました。





毎日、暑い日が続いていますね💦
そんな暑さを吹き飛ばそうと、みんな
で「かき氷」を楽しみました～🍧🌟
皆さんが選んだ人気No.1のかき氷は、
昨年に引き続き

【🍓 苺練乳の小豆添え】でした～★
甘酸っぱい苺と練乳、そして小豆の組
み合わせは相性抜群！
ひんやり冷たいかき氷に
皆さんの笑顔もいっぱいでした😊
暑い夏も、冷たいかき氷で
元気に乗り切れそうです🎵



あまーい



社会福祉法人
ひふみ会

Vol.8 1 編集／事務局

