



あったか食事だより



暦の上では秋になりましたが、残暑厳しい日が続いていますね。
夏の疲れが出やすい時期ですので食事と睡眠をしっかり取るよう心がけましょう。
朝晩が涼しくなり始めると、いよいよ実りの秋がやってきます。美味しいお芋や果物がたくさん食べごろを迎えます。夏の暑さで疲れた体を秋の味覚で整えましょう！

アイスクリームレクを開催しました



アイスクリームマシンに挑戦！



とても暑い日だったので、皆さん
「冷たくておいしい！」と召し上がっていました😊



好きな味をセレクトして頂きました！

9月の行事 ■ 十五夜

十五夜は中秋の名月とも呼ばれ、「秋の真ん中に出る月」という意味があります。旧暦の8月15日頃に月を鑑賞し農作物などの収穫を感謝する行事です。今年の十五夜は9月29日です。行事食として月見ナポリタンを予定しております😊

