



しらすぎだより7月号



介護の現場
魅力UP
と
と
と
介護人材育成研修制度

発行日：令和6年7月10日
発行元：しらすぎ荘広報委員会
住所：宇都宮市白沢町771
電話番号：028-673-8888



七夕

利用者の皆さまと一緒に七夕飾りを作り、短冊には願いを込めて、笹に飾りました。



父の日

日頃の感謝を込めて黄色いカーネーション飾りをプレゼントしました。



☆ 6/26 スイーツコレクション ☆ レディーボーデン アイス



～ 新入職員紹介 ～



支援相談員 鈴木 由実
相談員の業務は初めてのことばかりで不安もありますが、一生懸命頑張ります。よろしくお願いたします。

夏バテには うなぎ

今年の土用の丑の日は7月24日と8月5日で、2回訪れます。
土用の丑の日にうなぎを食べるようになった理由は諸説ありますが、夏にうなぎが売れないことに困ったうなぎ屋が江戸時代の学者、平賀源内に相談したところ、『丑の日に「う」が付く食べ物を食べると夏バテしない』という言い伝えをもとに、彼はうなぎ屋の店先に「本日丑の日」と書いた貼り紙をしました。その結果、人々の関心を集め、繁盛したことによって、土用の丑の日が定着したと言われています。
うなぎはビタミンA(レチノール)が豊富な食材です。ビタミンAは、目・皮膚・粘膜などの健康維持に効果があり、不足すると視力が衰えたり、肌の乾燥を招いたりすることがあります。さらにうなぎにはタンパク質・ビタミンB群・ミネラル類なども豊富に含まれているのが特徴です。さまざまな栄養素をバランスよく摂取できるのでうなぎを食べて、夏バテを防止しこの夏を乗り切りましょう！