

みかんの丘給食便り 6月号

広報委員会
27年6月1日発行

はじめに

梅雨の季節になりましたね。先日テレビ放送されたみかんの取り組みをご覧いただけたでしょうか。特養ではテレビの前に集合し鑑賞会となりました。テレビに映る自分の姿を見て皆さん誇らしげな様子でした。楽しい夕飯の時間を過ごしました。自立支援の一環として、5月より園芸を始めました。野菜苗を植え観察と水やりが利用者様の日課になっています。あっという間に小さなピーマンがなりました。皆様成長を楽しみに日々過ごしております。

いちご大福つくりました 4月17日



得意のだご汁 5月19日



健康は毎日の積み重ねです。今月はいつも以上に丁寧に歯を磨きませんか？いつまでも大好きなものを食べられますように。

紫蘇のおはなし

梅の季節ですね。梅干しに欠かせないのは紫蘇ですよね！紫蘇は栄養価がとても高くビタミンAは野菜の中でもトップクラス！また鉄分、カルシウムも豊富。様々な効果があると言われますが神経を沈める働きもあります。普段から食べると精神安定に力を発揮するでしょう。ふりかけや紫蘇ジュースにするとおいしくいただけますね。



ホームページも毎日更新中です。「みかんの丘」で検索して下さい。

