「う」

皆様こんにちは。

津第２通所介護センターの久保です。

毎日暑いですね～(^▽^;)

皆様お元気でお過ごしでしょうか？？

では、本題の「う」についてお話したいと思います。

7/23（土）土用の丑の日でしたね。

今年の夏は一の丑・二の丑と二回やってくるそうです。

皆様ご存じかと思いますが「土用」とは…

「春夏秋冬」どの季節にも存在し胃腸に良いものを食べるべきとされているようです。

特に夏の土用の丑の日には「う」の付く食材を食べると夏バテしないと言われています。

そこで、

ここ第２通所介護センターをご利用の皆様は、本当にお元気な方ばかりなのですが、「鰻のひつまぶし風」を召し上がっていただくことにしました。

　　　（控え目なネーミングが面白いでしょ（笑））

この日は鰻がお好きな方ばかりでした。

黙食のご協力をいただいている中で、皆様良い表情で黙々淡々と食べてくださいました。

柔らかく蒸したフワフワな鰻に「美味しかった」と、とても喜んでいただけました。

8/4（木）二の丑の日はどの「う」が登場するのか。どのような表情をしてくださるのかとても楽しみです。

まだまだ暑い日が続きますが、

皆様、ここ第２通所介護センターの皆様と一緒に乗り切っていきましょ(\*^-^\*)　またお会いできる日まで…♡