

# 玉川すばるだより

Vol. 203

介護老人保健施設 玉川すばる  
〒158-0095  
東京都世田谷区瀬田4-1-14  
TEL:03-5797-5525  
FAX:03-5797-5530



## 7月といえば

7月といえば、七夕に食べるそうめんをイメージされる方も多いのではないでしょうか？七夕の行事食となった理由は諸説ありますが、そうめんの原型とされる古代中国の「素餅(さくべい)」が由来ではないかと考えられています。言い伝えによると、7月7日に亡くなった子供が病気を流行らせたため、その子が生前に好きだった素餅をお供えしたところ、疫病が収束したとか。その後、素餅がそうめんへ変わり、七夕にそうめんを食べると無病息災で1年を過ごせるといわれるようになりました。



7月といえば、彩り豊かな夏野菜が旬を迎える季節。中でも夏のイメージが強いのが、6月～9月が旬のとうもろこしです。旬のとうもろこしは甘味が強く、食物繊維やカリウムなどの栄養をたっぷりと含んでいます。

7月といえば、イメージするのが、土用の丑の日のうなぎ。なぜ暑い季節にうなぎを食べるのかご存知でしょうか。まず、古くから土用の丑の日には「う」がつくものを食べるとよいとされてきました。また、江戸時代に売上不審に悩むうなぎ屋が「土用の丑の日」と張り紙をして繁盛したことが発端ともいわれています。うなぎはビタミンAやB2などのビタミンを豊富に含む食べ物。うなぎを食べて元気を補給しましょう！

2023土用の丑の日  
7月30日(日)



## リハビリ部

### 訪問リハビリ



2023年4月から訪問リハビリの専門スタッフを1名配置しました。住み慣れたご自宅で安全に生活ができるように、スタッフがご自宅に伺いリハビリを行います。今後すばるを退所されてご自宅に戻られた方も、訪問リハビリをご利用して頂き、継続した支援をできればと思います。



## 介護部

### 2F 父の日

お父さん  
ありがとう

手作りのひまわりの前で写真撮影  
素敵な写真が撮れました。



おからだ  
大切に

### 3F 紫陽花



梅雨空の下、街角で少し遅咲きの紫陽花を見つけました。綺麗な青紫色に思わず足を止め、しばらく見入ってしまいました。利用者様にも、お披露目して皆さん喜んで下さいました。

### 4F 七夕の飾り付け



一週間ほど早いですが、七夕の飾りつけを始めました。短冊にお願い事を書いて頂き、これから笹につけるところです。花紙を重ね合わせ、彩りを豊かにしてみました。これからさらに飾り付けが増えるので、今後が楽しみです！

## 今日のお昼ごはん

地方献立 郷土料理 福井県の献立



～お品書き～  
越前そば おおびら  
わかめの酢の物 うめゼリー

## 通所部



臨床美術で夏野菜のスケッチをしました。みょうがとオクラです。新鮮な様子が描けていますね。美味しそう！！  
おやつ作りを始めました、カップケーキを生地から作って、ちょっと味見をしたのちお土産で自宅に持ち帰っています、おうちの方とティータイムをして頂ければと思います。



## マスクの着用について

「玉川すばる」へお越しの際は、高齢者等重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、マスクの着用をお願いいたします。

ご協力よろしく  
お願いします