



梅雨空がだんだんと増えて参りました今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。デイサービス陽光はいつも皆様、お一人、お一人に寄り添ったきめ細やかなサービスを提供できる様、つとめてまいります。

さて6月といえば梅雨が印象的ですが、日本古来から伝わる6月の伝統的な風習の一つである、『衣替え』の由来についてご紹介したいと思います。

『衣替え』は、6月1日を目安に冬服から夏服へと替える風習で、平安時代に中国から伝わった習わしだそうです。宮中行事として、年に2回、衣を替えるようになりました。当初は『更衣(こうい)』といいましたが、『更衣』という言葉が女官の役職名に用いられるようになった為、『衣更え(衣替え)』と呼ばれるようになったそうです。

江戸時代になると着物の種類が増え、気候に合わせて年に4回の衣替えが武家社会で定められ、庶民にも広がって行き、現在にいたっています。皆様もこの機会に、衣替えを行って、まもなく訪れる夏に備えてみてはいかがでしょうか。

じめじめとしたこの季節、お体にお気をつけくださり、また是非、陽光にもお出かけ下さいませ。スタッフ一同、皆様のご来所を心よりお待ちしております。



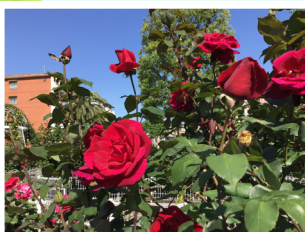
スカイツリー  
 に外出レク

皆さんでソラマチの噴水広場や4階デッキで記念撮影してきました。



バラの花見で外出レク

天気も良くバラ園にお花見に行きました。皆さん「すごく綺麗ね～」と言われ喜んでいました。



出来たて  
 ほかほか!

お昼ごはん♪

童心に帰る 子どもの日メニュー♪



お子様ランチ風プレート



調理担当  
 塚原さん

- エネルギー 414kcal
- たんぱく質 12.0g
- 脂質 23.1g
- 炭水化物 44.5g
- 塩分 3.2g