



残暑の頃、まだまだ暑い日が続いておりますが、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9月といえば十五夜【じゅうごや】が印象的です。今回はこの十五夜(中秋の名月)の由来をご紹介します。

もともと十五夜は、一般的に旧暦の8月15日の夜、またはその時に見える月のことを意味します。旧暦では新月を毎月1日としているので、15日がほぼ満月となります。また十五夜を中秋の名月と呼び、一年のうちで特に月が美しく見え、お月見に最も適していることが理由とされています。中秋の名月を愛でるという風習は、平安時代に中国の唐から日本に伝わったもので、中国では現在も【中秋節】として祝日とされ、重要な行事の一つとされています。また日本に伝わった後、月の満ち欠けなどを見て農耕を行っていた農民たちが、五穀豊穡の感謝のためお供え物をするようになり、今のお月見という風習が形作られたとの事です。現代ではお月見という風習もだんだんと薄れつつありますが、皆様もこれを機に中秋の名月の由来を思い出しながら、お月見をしてみたいはいかがでしょうか。

これからだんだんと涼しくなるこの季節、お体にお気をつけくださり、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。



**夏祭り  
 レクリエーション**

ヨーヨー釣り、射的、輪投げ、けん玉をしました。皆さん、幼少期を思い出して夢中になっていました。



最終日はスイカ割りをして、おやつに皆さんでスイカを食べました。

出来たて  
 ほかほか!

**お昼ごはん♪**

具だくさんのカレーで夏バテ防止♪



調理担当  
 塚原さん

- エネルギー 407kcal
- たんぱく質 10.4g
- 脂質 24.5g
- 炭水化物 39.1g
- 塩分 2.9g

**【夏祭り】  
 壁紙制作**

皆さんで切り抜いて貼り付けて作りました。

