

# 三丁目



「流しそうめん」



類のつけだれを用意しました。上手にそ  
うめんを取れる入居者様は、隣の入居者  
様におすそ分けする場面もみられ、ほっ  
こりした雰囲気になりました。そうめん  
以外にもフルーツを流したりして楽し  
ひとときを過ごすことが出来ました。



梅雨も明け、い  
よいよ夏本番とな  
りました。入居者  
様、職員共に夏バ  
テしないで元気に  
過ごして行きたい  
と思います。

さて、先月三丁  
目では地域交流ス  
ペースにて毎年恒  
例の「流しそうめ  
ん」を行いました。  
今年「しょうゆ」  
と「ごま」の二種

今月6日土曜日には、納涼祭がありま  
すので三丁目全員で参加出来るように体  
調管理に気を付けて行こうと思います。  
(末木 孝枝)

# 四丁目



「夏」

遠い青空に浮かぶ入道雲に蝉の声がひ  
ときわ高く響き渡る今日この頃、そう  
す、夏がやって来ました。

そして夏の食事と言えば・・・やはり  
「そうめん」です。我が四丁目では先月

29日に

「暑い夏を吹き飛ばそう！」

「流しそうめん大会」  
を開催しました。冷水に流し運ばれてく  
る白糸の如き姿は、例えるなら  
『そうめんの阿波踊り』でした・・・  
皆様、暑さを忘れるひとときを過ごすこ  
とができました。

これからますます暑  
さが厳しくなりますの  
で、夏バテなどしない  
よう入居者様の体調管  
理はもちろん、ご家族  
様もお体に気をつけて  
お過ごし下さい。

(古屋 覚)

## イベントスケジュール

ヒルス勝沼納涼祭  
8月6日(土)  
18:30~

場所：ヒルス勝沼駐車場  
8月19日(金) 8月26日(金)  
場所：地域交流スペース

お盆法要  
8月15日(月)  
場所：地域交流スペース

### 編集後記

先日、ある入居者様が「暑い夏に  
は【夏野菜】を食べることは体調を  
崩しにくいんだよ」と話していまし  
た。ナスやかぼちゃなど色鮮やかな  
野菜が多く、減退しがちな食欲増進  
効果があり、生で食べられるきゅうり  
やトマトは夏に不足する水分、カリ  
ウムなどの栄養素が多く含まれてい  
ます。旬な野菜を旬な時期に食べる  
ことは、とても理にかなったことだ  
と思いました。

(小林 勝也)