

にっこい通信

エスポワール和泉



8月は日本の夏真っ盛り。花火大会や夏祭りが各地で開催されます。
夏休みということもあり、海や山のレジャーも盛んな季節です。

また、「8月といえば思いつく食べ物」に、かき氷、そうめん、流しそうめんなどと涼しげな食べ物ばかりですね。

暑い夏を乗り切るためにはスタミナも必要です。夏バテを防ぐためには、ビタミンB1を多く含む豚肉やんにく、しょうが、にらなどの香味野菜を使った料理が効果的だそうです。みなさんは、どんな食材でどんな料理でこの暑い夏を乗り切りますか？



ご利用者さまはもちろん、
ご面会のご家族さまにも
ご利用いただきました。

エスポミニカフェ オープン

1階ロビーにオープンいたしました。今後は定期的に開催予定です。
皆さまに楽しんでいただくよう、メニューを変えたり工夫を重ねてまいります。



クラフトクラブ活動・七夕飾り編

クラフトクラブのご利用者さまの作品が1階廊下に展示されています。
七夕にちなんで作成されていますが、夏の間は1階廊下を華やかに演出しています。



韓国では「夏にホウセンカで染めた爪が、初雪の降る日まで赤く残っていると初恋が叶う」という言い伝えがあるそうです。
ご利用者さまと一緒にトライしてみました。方法を簡単にご紹介いたします。



①ホウセンカの花とミョウバンを用意します。



②ビニール袋に入れた花を便の底などつぶします。



③つぶすとこんなペースト状になります。



④つぶした花を爪にのせて、ラップでラッピングをします。



⑤しばらく時間をおくときれいに染まります。



Instagramもヨロシクネ!