

行事食 敬老の日

9/21

夕食

赤飯



※写真はイメージです

白身魚の香り揚げ

味噌じゃこ大豆

清し汁（えのき・わかめ）

敬老の日

敬老の日は、国民の祝日として 1966 年に設けられ、「長年社会に貢献してきた老人を敬愛し、長寿を祝い、老人福祉への関心を深める」ことを趣旨としています。

敬老の日の由来は、兵庫県多可郡野間谷村村長であった門脇政夫氏が、「老人を大切に、お年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」という趣旨で、1947 年 9 月 15 日に「敬老会」を開催したことが始まりとされています。

2026 年の敬老の日は 9 月 21 日（月・祝）です。

＊敬老の日 日々の感謝を込めて、デリケア特製弁当を販売いたします＊

詳細は、別途お配りしていますチラシをご確認くださいませ。【8 月 24 日(月)12 時頃】

皆さまからのご注文を心よりお待ちしております。

熱 中 症 に つ い て

■熱中症とは 高温多湿な環境下で、発汗による体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもることによって様々な症状がみられる状態のことです。めまいや頭痛、吐き気、重症化すると意識障害などを引き起こします。



■熱中症予防のために

- のどが渇いていなくても、こまめに水分・塩分を補給しましょう（1 日 1.2L、コップ約 6 杯目安）。
- 通気性の良い涼しい服装を心がけましょう。
- 外出時には日傘や帽子を活用しましょう。
- 涼しい場所や施設を利用し、暑さ指数などの客観的な指標も参考にしましょう。

●熱中症は、場合によっては命に関わる危険性があります。油断せず、日頃から十分な対策を心がけましょう。

今月のリクエストメニュー Vol.8

9/26(土)

昼食

◆牛丼

はくさいの浅漬け

味噌汁（じゃがいも・あげ）

大豆桜えび（単品小鉢）

グループホームみどりの風様・にじの家様

からのリクエスト

牛丼

※写真はイメージです

牛丼のルーツは、明治初期に牛鍋が流行した際、余った具材をご飯にかけた「牛飯（ぎゅうめし）」だと言われています。当時はハイカラな食べ物として親しまれ、大正時代に入ると「牛丼」という呼び名が定着しました。その後、手軽で美味しい日本のファストフードとして、長年にわたり多くの人々に愛され続けています。

牛肉と玉ねぎの旨味がたっぷり詰まった甘辛いタレがご飯によく合い、食欲をそそる一品です。一緒にお出しする「はくさいの浅漬け」や「味噌汁」、「大豆桜えび」とともに、バランスよくしっかりとお召し上がりいただき、残暑を元気に乗り切りましょう！