

# デイケアのぞみ通信

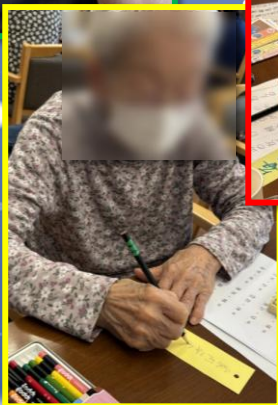
## VOL.87 夏号

### 七夕の節句

節句は文字通り『季節の節目となる日』 季節の変わり目でもあり、そういう時期は体調を崩しやすいのです

その為、『邪気を払い、健康や幸福を祈るための行事』に日本の昔からある風習などが合わさり、旬の食材を使った食事やその時期ならではの飾りを楽しんだりする様になったと言われています

今年の梅雨明けは7月中旬と予想されていますが、七夕の日は晴れるといいですね



これから暑い日々が続きそうですので  
お体にはくれぐれもお気をつけください

次回は 秋号 10月 発行予定ですお楽しみに