



7月に入り本格的な夏を前に暑い時期となりました。

皆さん食欲は落ちていませんか？

夏バテに注意し、暑い夏を乗り切りましょう★



七夕

お正月やクリスマスのように七夕にも行事食があります。
その中でも日本でよく知られている行事食が『そうめん』です

なぜ七夕にそうめんが食べられるようになったか皆さんは知っていますか？

昔から、織姫様は裁縫を司る星と言われており、縫物上手になる願いを糸に見立て、そうめんを食べる風習が出来たといわれているそうです♪

土用の丑の日

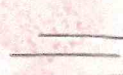
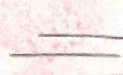


日本では昔から、夏バテ防止のために土用の日に『う』のつく食べ物を食べると身体に良いという言い伝えがありました。
(うどん、瓜、梅干しなど)

今年の土用の丑の日は7/30(日)です。
例年通り、職員の行事食でも平日の昼食にうな丼を提供させていただきます！お楽しみに♪

これからの
季節は特に！

食中毒に注意！



食中毒予防の三原則

① つけない

- ・手洗い、手袋の着用
- ・器具を使い分ける
- ・清潔な調理器具を使う

② 増やさない

- ・低温で保存する
- ・冷蔵庫に物を詰め込みすぎない

③ やっつける

- ・中心部まで十分加熱
- ・器具の消毒

皆さんもこの三原則を心がけ、安心安全な食生活を楽しみましょう♪