

むつみだより

令和6年8月号 No.298
母子生活支援施設
仙台むつみ荘

真夏の日差しが園庭を照りつけ、もうしばらくの間暑さとお付き合いが続きそうですね。今年もむつみファームの野菜が順調に育ち、子どもたちと一緒にキュウリやナス、トウモロコシなどを収穫しています。採れたてを塩ゆでや漬け物、和え物などにして食べてみると・・・『美味しいね』『今日は漬け物ある?』など嬉しい声が聞かれています。

8月も様々な行事が満載！キャンプや流しそうめんなど、友だちと過ごしながらか夏ならではの経験ができるといいですね。暑さを乗り切り元気に過ごすためにも生活リズムを崩さず、熱中症や事故に十分に気を付けましょう！



○キャンプ…小学生対象

○流しそうめん… 全員対象

・実習生が入ります。
19日(月)～30日(金) 1名



よろしくお願ひします

たっぷり眠って夏の疲れを吹き飛ばせ!

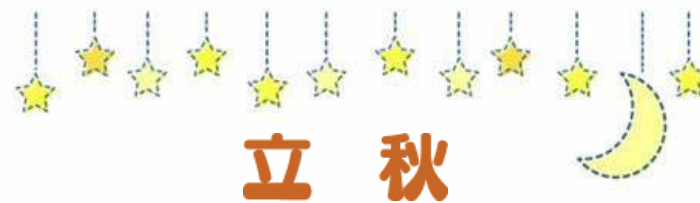
暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないで体調を崩してしまいます。夏は楽しいイベントも多いので、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしましょう!

快眠のためのヒント



お母さん対象バーベキュー会

昨年の母企画、BBQ大会が大好評だったのを受けて、今年も大人だけのBBQ大会を開催しました。当日はあいにくの雨で、集会室での焼肉大会に変更になりましたが、参加した皆さんいかがでしたか？外で食べる解放感とは違いますが、みんなでホットプレートを囲み、自分の食べたいお肉を各々焼き、アットホームな雰囲気を楽しめたのではないのでしょうか。テーブルには、有頭エビ、ホタテ・・・と、目玉商品を並べていましたが、一番人気はやっぱり牛肉!!どんどんなくなっていく牛肉に、買い物担当の職員は「もっとたくさん買えばよかった・・・」と、冷や汗をかいていたのですが、会が終わる時の「お腹いっぱい!」の笑顔を見てほっと胸をなでおろしました。1時間という短い時間でしたが、笑い声が絶えず賑やかなひとときを過ごせましたね。次は1月に母対象企画を予定しています。「こんなことをしたい!」と希望があれば、是非お知らせくださいね。



立秋

立秋は二十四節気のひとつで、8月8日ごろです。この日から秋に入るという意味で、時候のあいさつは暑中見舞いから残暑見舞いになります。暦のうえでは秋ですが、まだまだ暑い日が続きます。風の吹き方の変化や、雲が空高く見えるようになることなどを伝えて、みんなで秋を探してみるのも楽しいですね。

流しそうめん



夏の風物詩、流しそうめんをしました。今年は流しそうめん台を2つ設け、日よけ&雨よけにタープや茶色いサンシェードを頭上に張り、バリ風会場でいざスタート!!早く食べたくて、流れてくる麺のすぐ近くでスタンバイする姿もちらほらで、トッピングでネギ、キュウリ、天かすを盛り付けて味変し、何度もお替りしてお腹いっぱい食べる事ができたようです。麺以外に流したパイナップルやミニトマト、ミニゼリーやデザートのおぶどうも大盛況!後半雨が強く時間より早めに解散になりましたが小学生、お母さん、幼児さんで最後まで賑っていました。今月も第2弾を開催します。どうぞお楽しみに・・・。