

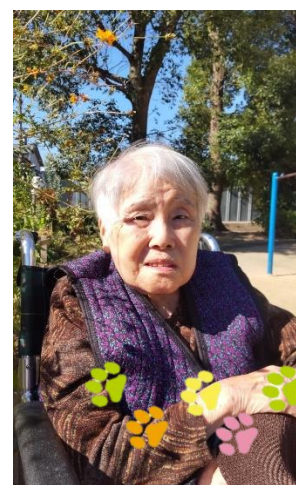


HAPPY BIRTHDAY



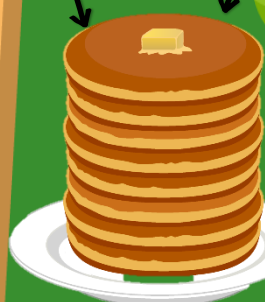
10月生まれのみなさま おめでとうございます

寿寿たより 2022年11月号



11月
行事予定

美味しそうなコレ



食べましょう(^^)!

ししゃも



回遊魚のししゃもは、11月が旬です。秋ごろになると産卵期を迎え、川に上ってくるのを捕獲

するため、旬を迎えたししゃもは子持ちししゃもです。

ししゃもは産卵期を迎えても味が落ちることがなく脂がのっています。また、ししゃもは頭からまるごと食べられることもあり、サクラエビと同様にカルシウムが豊富です。皮膚の健康維持や代謝の促進に役立つ栄養素であるビタミンB2や、抗酸化作用のあるビタミンEも含まれています。つまり皆さん、今の時期がおススメってことです♪

介護付き有料老人ホーム 寿寿—ことこと—
編集責任者 米田 豊

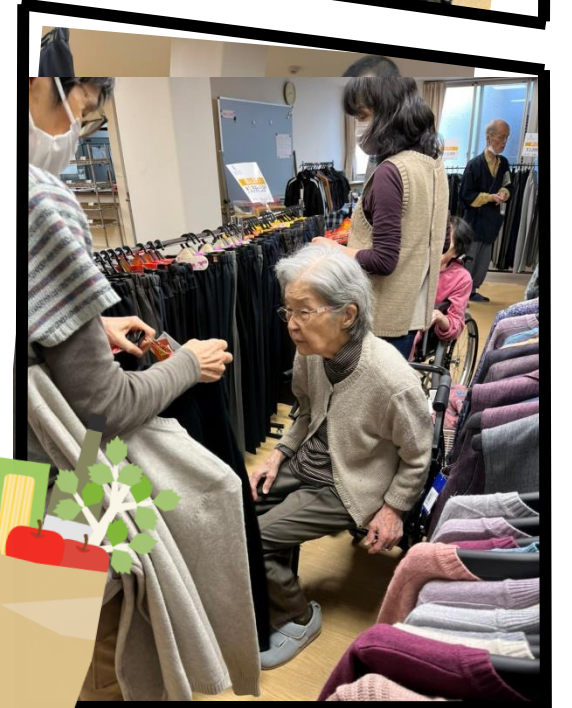
参加して下さったご家族様、ありがとうございました！

出張デパート

約2年ぶりでしょうか？出張デパートが寿寿にやってきました！寿寿とはまったく別の会社さんに来ていただいているので売り上げどうこうは関係ないのですが：お財布の紐と皆様の頬が緩んだのは確かでしたね★久しぶりのデパートはいかがでしたか？また定期的に開催出来たらと考えていますので次回もお楽しみに〜♪



再来！



おでん 始めました！



たまごが一番人気！
冷たい甘いものも人気ですが温かいホクホクしたのも皆様お好きですよ♪



おいしいわ！
体ぬくくなったわ



納涼です！おでんの季節です！！
おでんのルーツは室町時代に流行した「豆腐田楽」。その後、江戸時代にはファストフードとして江戸庶民に愛され、やがて煮込みおでんへと進化したそうです。さらに屋台や居酒屋で食べる料理から家庭で食べる料理へと変化し、おでんは現代の定番料理となったのです。
そんなに昔から食べられているおでん…みなさんはおかず派ですか？つまみ派ですか？私は味噌おでんをつまみで食べたい派です！