

## 《鹿児島のお盆料理》

8月7日の七夕は、お盆の始まりでもあります。

七夕飾りとともに初物のかぼちゃ、きゅうり、へちまなどお供えします。

織姫様にちなんで糸やそうめんもお供えしたそうです。



長旅を癒してもらうため、お茶や焼酎、お菓子果物などお供えをします。

13日の夜に子供たちが集めた松の木の迎え火でお精霊さあ（おしよろさあ）をお迎えします。



14日のお供えは盛りだくさん。

お盆のお膳は、新しくできた梅干しをのせたご飯、かいのこ汁、お煮しめ、トイモガラときゅうりのなます、この4つ組の膳が基本形だったようです。



15日はそうめん汁や団子をお供えします。



16日の朝、一番鶏の鳴き声を共に冥土に帰るとされ、お盆の間にお供えしてきたものは「冥土の土産」になります。

鹿児島でも地域によってお供えの仕方に違いがあるようです。  
皆さんの地域ではどのようなお供えをしますか？

## 練習風景

月木午後コースの方は、運動型通所介護サービスに参加され今月で3ヶ月になります。

運動型通所介護サービスでは、3ヶ月ごとに体力測定を行い、最初の頃からどのように変化したかを評価します。そして体力面、精神面を考慮し新しい目標設定を行い、それに向けて頑張っていけるようにサポート致します。

都市農業センターへ向日葵を観にいきました。休憩を入れながら歩きました！

