



2022年8月 ライフモアのお知らせ



今月の行事食 8/15(月)

行事食につきましては、特別行事食代として
330円ご利用料と一緒に徴収させていただきます。

8月行事 予定

★24日(水) 誕生日会

★25日(木) フラワーアレンジメント

《ご家族様へ》

・コロナワクチン4回目接種を予定しております。

接種を希望する方は**8/31(水)**までに相談部
までご連絡ください。

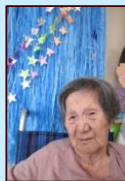
また接種券・予診票が届きましたら、予診票に必要
事項を記入してライフモアまで持ってきてください。

* 電話での面会をしております。

ご希望日の前日までにご予約ください。対応時間は下記の通りです。

平日 11:00~/11:15~/16:00~/16:15~

お時間10分です。



七夕

フラワー
アレンジメント



七夕

誕生日会





ライフモア NOW 2022.8.10



行事食のお知らせ 9月と7月後半から8月の報告

季節の献立
重陽の節句
栗ご飯
味噌汁
鶏肉の滝苔つく焼き
がんもどきの煮物
小松菜の辛し和え
パイナップル

九月九日

その他行事

8月15日

行事食

暑気払い(盂蘭盆会)



8月24日 誕生会日 ケーキ お赤飯

8月各階夏祭り

8月29日



9月19日

敬老の日のお楽しみ献立

食事報告

7月23日 土用の丑の日 鰻玉井



7月27日 誕生会 お赤飯



夏献立の紹介



8.6 冷やし中華



サルサソース唐揚げ



揚げ鶏の夏野菜との炊合せ



ゴーヤチャンプル



残暑御見舞申し上げます。

今年は異例の早さで梅雨が明け、暑い日が続いています。8月には再び急増するといわれる「熱中症」。第2波の原因は「夏の疲労」が原因です。バランスのよい食事は疲労蓄積を防ぐ一助になります。

1日3食きちんと食事摂取ができていれば、ある程度の水分補給も塩分の補給もできます。(食事には水分が含まれていますので、大切な水分補給源です。)また、多くの汗をかく夏でも3食きちんと食事摂取をしていれば塩分の不足も起こりにくいそうです。

ライフモアでは、いつもの献立もスパイスやソースに変化を付け、夏に負けない食事となるように用意しています。