



うたしあだより

長期入所版

7月号

★栄養士実習★

東海短期大学の学生さんが、
 栄養士実習に来ました！
 少しぎこちないながらも、皆さんと一緒に
 おやつ作り！
 メニューは、『人参ゼリー』
 野菜嫌いな方も、美味しく頂きました！
 楽しい時間を有難うございました♪



★夏祭りのお知らせ★

毎年恒例の夏祭りを今年は、
8月26日(土)
16:30~18:30
 で開催します！！

少し遅い時間になりますが、今年は
 大きなナイアガラ花火を予定しています♪
 出店も、去年は売り切れ続出だったため、
 数量を増やして対応したいと思います！

ぜひ、ご家族皆様でお出かけください♪

また、出欠席を取らせて頂きたいと思imasu
 ので、下記の出欠席表をご面会時にご持参頂
 か、お電話でも構いませんのでご連絡いただ
 けると幸いです。

～栄養士より～

「ペットボトル症候群」

という病気を知っていますか？糖분을過剰摂取することで吐き気、腹痛、意識が朦朧とする
 といった症状が出る病気です。糖尿病とも深く関係しています。

一般的なソフトドリンク 500ml には、

角砂糖 15 個分の糖分が入っており、このソフトドリンクを飲みすぎること
 で発症します。口当たりがよく甘くて美味しいので、暑い時期にはつい飲みすぎてしま
 いますが、糖分が多いために余計に喉が渇いてしまいます。

お茶類や適量のスポーツドリンクで水分補給をしましょう。



8月26日(土)

16:30~18:30



様

欠席

出席

名

どちらかに、丸を付けて頂き

8月10日までに、お返事頂けると助かります。

ぜひ、皆さんで遊びに来てください♪

