



うたしあだより

長期入所版

8月号

七夕祭り



七夕様に合わせて、**流しそうめん**

を、行いました♪

流れてくるそうめんが悪戦苦闘・・・

「あ～！！いっちゃった～！！」

「わたしんここに流れてこんよ～！」等

楽しく、美味しく、涼しさを味わいました♪



～栄養士より～

暑さが厳しくなりました。暑くなると体がだるくなり

食欲が落ち、消化力が低下し、さらに食欲不振になる悪循環が起こります。

夏バテ予防の食事のポイントは以下のとおり。

気をつけて、夏を乗り切りましょう！

- ①食事は量より質。肉、魚、卵、野菜、果物、乳類を少しずつバランス良く。
- ②生姜、わさび、大葉、葱などを使用して食欲増進。
- ③冷たいものを摂りすぎない。
- ④ビタミンB1をたっぷり（豚肉、うなぎ、ほうれん草など）。

夏祭り♪

8月26日(土)

16:30～

18:30

焼きそば・たこ焼き・綿菓子・つくね
ポップコーン等ご用意しています！

打ち上げ花火も少し・・・

職員募集

うたしあで、一緒に働いてくれる職員さんを募集しています！

『介護』というと、キツイ・・・厳しい・・・等のイメージもありますが

うたしあでは、**楽しく**、利用者様も**職員も笑顔**で過ごせるように頑張っています！

そんな私たちと一緒に働いて頂ける方を探していますので、もし、お知り合い等でどなたかいらっしゃいましたら、ご紹介・情報等いただければと思います。