

8月

フール東山だより

〒573-1114 枚方市東山2-29-1 ☎072-856-2001

大変暑い日が続きますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか？
夏を乗り切るためには、身体から多く失われる水分だけでなく、塩分や糖分も補給することが大事です。またマスクを付けていると喉の渇きを感じにくくなりますので意識してこまめな水分補給を心掛けましょう。

イベント食

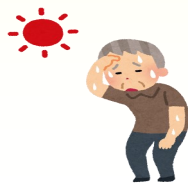
7月のイベント食は涼しげな「小暑の納涼御膳」をご用意させていただきました。天ざるそばにとうもろこしご飯のおにぎり、トマトのうまだしジュレがけ、豚しゃぶサラダ、あんみつ、とうもろこしの天ぷらもあり、美味しかったと大変好評でした。



熱中症予防



新型コロナウイルスの影響により前年同様マスクを着用し感染を予防しながら過ごさなければいけない夏になります。マスクを着けていると喉の渇きに気づきにくくなりますので、外出から帰った際はうがい・手洗い・水分補給を心掛けましょう。また、屋内にいるからと安心せず水分補給をこまめに行い熱中症を予防しましょう。



お買い物もの便

不定期の開催にはなりますが、月2回程度お買い物にお連れする企画を始めました。1回最大6名になります。開催前に各階にお知らせを貼りだしますので参加をご希望の際は事務室までお申しつけください。また行きたいお店がありましたら教えて下さいね。

