

オキドキ通信 六月号



芒種 (ぼうしゅ)
夏至 (げし)

六月五日
雑穀の種蒔きをする時期。田植えの時期に入る。
六月二十一日
昼間の時間が一番長くなる。

「お薬の説明書」をお持ちください。

現在服用されている薬が、医療機関を受診した際に変更になった場合や

しばらく、「お薬の説明書」をお持ちいただいていない場合には、最新の「お薬の説明書」持ちください。

「お薬の説明書」は、薬剤師から患者さまに薬の適切な使用法や副作用などの情報をお伝えしています。間違った使い方をすると、十分な効果が得られなかったり、健康を害することもありますので、薬の適切な使用はとても重要です。

また、「お薬の説明書」がない場合には、「お薬手帳」をお持ち下さい。

ご不明な点がありましたら職員までお申し出下さい。



熱中症予防ドリンクの作り方

当施設では、熱中症予防のために、「熱中症予防ドリンク」を提供しています。

簡単に作ることが出来ますので、いちど作ってみては如何でしょうか？



【材料】

水 : 500ml
塩 : 0.75g
ハチミツ : 13g
レモン汁 : 10ml

【作り方】

全ての材料をペットボトルに入れ混ぜるだけです。
・水は一度沸騰させて、冷ましたものを使用します。
・ペットボトル用なので、ペットボトルで作って冷やせるところがお奨めです！

総務課より

利用料のお支払いは、毎月二十日迄にお願いします。窓口での支払いは午前九時～午後四時の間、年中無休です。

6月主な予定

- 5日 (火) お楽しみ献立
- 8日 (月)
- ～12日 (金) 体重測定
- 9日 (火) 冷やしおろしそば
- 12日 (金) セレクト食
- 23日 (金) ミニパフェ
- 30日 (火) ご当地



6月9日昼食に提供！



冷やしおろしそば

写真はあくまでイメージです。