

デイケア通信

八月号



二十四節季

立秋（りっしゅう） 八月七日

秋が始まる。

処暑（しよしよ）

八月二十三日 暑さが終わる。

熱中症に注意ください。

例年、気温が高い日に、熱中症による救急搬送が多くなっています。中でも、高齢者の搬送が多い状況にあります。熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。

高齢の方は、温度に対する感覚が弱くなるために、室内でも熱中症になることがあります。室内に温度計を置き、こまめに水分を補給することを心がけて暑い季節を乗り切りましょう。

夏の最強ドリンク「甘酒豆乳」

■材料（一人分）

甘酒（米麹） 二〇〇ml（※市販のもの）
無調整豆乳 二〇〇ml

■作り方

甘酒と無調整豆乳を一对一の割合で混ぜるだけです。

■アレンジ

きな粉、ココア、抹茶（小さじ一杯）を溶かして混ぜ風味アップ。
シナモン、すりごま、黒糖を混ぜても美味しいです。

8月主な予定



3日（月）

- ～ 7日（金） 体重測定
- 5日（水） かき氷
- 11日（火） セレクト食
- 19日（水） 盛岡冷麺風
- 20日（木） お楽しみ献立
- 27日（木） 冷やし中華
- 28日（金） ご当地：神奈川県

まだお持ち
頂いてない方

お願い
します



「介護保険負担割合証」をお持ちください
現在の「介護保険負担割合証」の有効期限は七月三十一日です。八月一日から使用する負担割合証は、七月中旬～下旬に要介護認定を受けている全ての方の自宅に、郵送されています。

8月19日(水) 昼食にご提供！



「盛岡冷麺風」

写真はあくまでイメージです。

提供するものとは異なりますのでご了承下さい

盛岡冷麺は、麺・スープ・具材のすべてに独自性があり、他の冷麺とは明確に異なる個性を持つ一品です。小麦粉とジャガイモ澱粉で作られた強いコシの麺、牛骨から丁寧に取った澄んだスープ、そして大根キムチ（カクテキ）の爽やかな辛味が一杯の中で調和し、盛岡の食文化として全国へ広がっています。盛岡冷麺は、強いコシの麺と澄んだ牛骨スープ、大根キムチ（カクテキ）の辛味が特徴の盛岡名物です。今回は、この味わいを取り入れた「盛岡冷麺風」を昼食に提供いたします。どうぞご賞味ください。