

熱中症対策

- ・室内ではエアコンなどで室温を調節。
- ・遮光カーテン、すだれを利用。
- ・室温をこまめに確認。



- ・日傘や帽子を利用する。
- ・日陰の利用。こまめな休息。
- ・気温の上がる日は、外出の時間帯や経路を工夫して日陰の多い所を歩いていく。



- ・通気性のいい衣類を身に着ける。
- ・保冷剤、冷却タオルを利用して身体を冷やす。
- ・水分補給をする。



毎日うだるような暑さが続いています、皆さま体調はいかがですか。この時期熱中症に特に注意が必要です。熱中症予防に有効な対策をまとめましたのでご参考にしてください。

食事サービス献立予定表(R7. 8. 1. ~8. 31)

※厚労省HPより

日	月	火	水	木	金	土
31	食事サービス時間				1	2
		平日(月火金)	土曜日		ミックスフライ 副菜 ご飯 汁もの	三色丼 副菜 汁もの
	前半	17:45~18:20	12:00~12:30			
	後半	18:25~19:00	12:35~13:00			
3	4	5	6	7	8 Dr.相談	9 カウンセリング
休館日	都合により、 食事提供を お休みさせて いただきます。	豚チーズかつ 副菜 ご飯 汁もの	食事なし	食事なし	厚揚げと鮭の煮 物 副菜 ご飯 汁もの	ナポリタン 副菜 汁もの
10	11	12	13	14	15	16 誕生会
休館日	中華丼 副菜 汁もの デザート	唐揚げ 副菜 ご飯 汁もの	食事なし	食事なし	★豚バラ大根 副菜 ご飯 汁もの	豆カレー 副菜 汁もの
17	18	19	20	21	22	23 メンバーミー ティング
休館日	豚の生姜焼き 副菜 ご飯 汁もの	鶏とジャガイモ 煮 副菜 ご飯 汁もの	食事なし	食事なし	シーフードフライ 副菜 ご飯 汁もの	皿うどん 副菜 汁もの
24	25	26	27 花火、かき氷	28	29	30 500円× ニュー
休館日	肉団子と春雨 副菜 ご飯 汁もの	チキンかつ 副菜 ご飯 汁もの	食事なし	食事なし	サバのトマト煮 副菜 ご飯 汁もの	うな丼 副菜 汁もの

☆食事の申し込みについて☆
引き続き、前半と後半の2部制で提供します。

★印は、メンバーミーティングでリクエストのあったメニューです。

【夕食】月・火・金 (ご利用当日の15:00まで) ※15:00以降のキャンセルは400円のキャンセル料が発生します。

【昼食】土 (ご利用当日の10:30まで) ※10:30以降のキャンセルは300円のキャンセル料が発生します。

※予約は翌日分まで承ります。金曜日の食事申し込みにつきましては、火曜日から受け付けます。

申込は開館時間内に電話又は来館時にお願い致します。

(平日 9:00~20:00、土 9:00~17:00)

※申込み人数が定員に達した場合、締切時間前でも締め切らせて頂く場合がありますので、ご了承ください。

※諸事情により、献立が変わる場合があります。ご了承下さい。

料金

昼食300円/夕食400円

電話のお申し込み

045 (251) 3991まで