



Happy Mother's Day

母の日



ファミリーイン堀之内のお母さんたちとお祝いをしました。
 生花との記念撮影では、皆さま大きな花にも負けない
 笑顔を見せてくれました😊
 昼食には母の日らしいカーネーションを模したちらし寿
 司(カーネーションご飯)に旬菜フライと見た目も華やか
 な昼食を楽しんだ後には、八王子・チーム「紅」による
 よさこい踊りで盛り上がりました。



6月誕生日会の様子

今月のバースデーケーキはフルーツケーキで
 した。ケーキのスポンジが召し上がれない
 方もスイーツを楽しめるようにパンナコッタ
 やアイスを用意し、皆さんでスイーツを楽し
 めました。
 6月生まれの誕生者さんも多く賑やかな会に
 なりました



		2026年（令和8年）				
日	月	火	水	木	金	土
7 誕生日会 	8 男性・女性機械浴 佐藤歯科回診	9 女性機械浴 佐藤歯科回診 美容室	10 男性・女性一般浴	11 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	12 女性機械浴	13 男性・女性一般浴
14	15 男性・女性機械浴 佐藤歯科回診	16 女性機械浴	17 男性・女性一般浴	18 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	19 女性機械浴	20 男性・女性一般浴
21	22 男性・女性機械浴 佐藤歯科回診	23 女性機械浴 床屋 	24 男性・女性一般浴	25 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	26 女性機械浴 美容室 	27 男性・女性一般浴
28	29 男性・女性機械浴	30 女性機械浴	1 男性・女性一般浴	2 男性・女性機械浴	3 女性機械浴	4 男性・女性一般浴
5 誕生日会 	6 男性・女性機械浴	7 女性機械浴 七夕 	8 男性・女性一般浴	9 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	10 女性機械浴	11 男性・女性一般浴

栄養課から皆様へ。

6月。梅雨の季節となりました。この季節は蒸し暑くなり、食欲が落ちたり体がだるくなったりする時期。また、気温と湿度が高くなることで食中毒の原因となる細菌も増えやすくなります。食事の前や調理前の手洗いをしっかり行い、作った料理は早めに食べるようにしましょう。また、体調管理の為に、こまめな水分補給を心がけましょう。のどが渇く前に少しずつ飲む事がポイントです。

夏野菜を摂る。

夏野菜には水分が多く含まれており、暑さで失われてやすい水分補給にも役立ちます。

梅雨の時期も、食事・睡眠・適度な運動を心がけて元気に過ごしましょう。

6月お誕生日メニュー

「黒糖ロール・クリームシチュー・キャベツパーコンソテー・マカロニサラダ・メロン・」

