



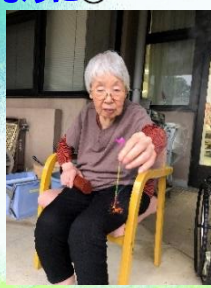
父の日

ファミリーイン堀之内のお父さんたちとお祝いをしました。
 お父さんたちのリクエストを伺い、ランチビュッフェを行いました
 和、洋、中の様々なお料理とビール(ノンアルコール)、ジュース
 で乾杯🍷しました。
 チャーハン、ステーキ、焼き鳥、その他にもたくさんのメニューや
 デザートのメロン等、豪華な食事で皆様大満足の父の日でした

Happy
Father's
Day

七夕

各フロアに皆様のお願い事を書いた短冊を飾り付けました
 今日は雨が降らないようにテルテル坊主に願いをかけてます
 当日は一階ベランダにて花火を楽しみました
 手持ち花火の他、噴射式の花火もあり大変盛り上がりました
 皆様の願い事がかないますように😊



7月誕生日会

お花を持って記念撮影のあとはイチゴのケーキ
 でお祝いしました🍰
 今月はファミリーイン堀之内最高齢の103歳を
 迎える方もおりました🌸
 皆様お誕生日おめでとうございます



7月 July		2026年（令和8年）			8月 August	
日	月	火	水	木	金	土
5 誕生日会 	6 男性・女性機械浴 佐藤歯科回診 美容室 	7 女性機械浴 佐藤歯科回診 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
12	13 男性・女性機械浴 佐藤歯科回診	14 女性機械浴	15 男性・女性一般浴	16 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	17 女性機械浴	18 男性・女性一般浴
19 慰霊祭 	20 男性・女性機械浴 佐藤歯科回診	21 女性機械浴	22 男性・女性一般浴	23 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	24 女性機械浴 美容室 	25 男性・女性一般浴
26	27 男性・女性機械浴	28 女性機械浴 床屋 	29 男性・女性一般浴	30 男性・女性機械浴	31 女性機械浴	1 男性・女性一般浴
2 誕生日会 	3 男性・女性機械浴	4 女性機械浴	5 男性・女性一般浴	6 男性・女性機械浴 多摩丘陵病院回診	7 女性機械浴	8 男性・女性一般浴

栄養課から皆様へ。

7月。暑い季節がやってきました。暑い日になると、食欲が落ちたり、水分不足になったりしやすくなります。こまめな水分補給とバランスのよい食事を心がけて、元気に乗り切りましょう。

夏バテ予防のポイント

- 1.水分はこまめに補給しましょう。
- 2.食事をバランスよく(暑いと簡単になりがちに・・・)
- 3.夏野菜を摂る！

また気温と湿度が高くなると食中毒が起こりやすい季節となります。

- ①菌をつけない。②菌を増やさない。③菌をやっつける
作った料理は長時間室温に置かず、早めに食べましょう。

7月お誕生日メニュー

「ちらし寿司・清汁・茶碗蒸し・焼き豚サラダ・スイカ」

