

# こはんだより

平成28年  
7月号

テイサービス湖畔の家 TEL 0852-76-2588 平成28年7月7日発行

～ 書中お見舞い申し上げます！～

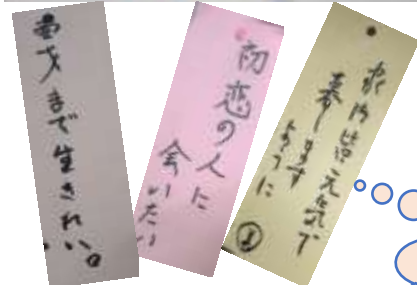


暑さが日増しに厳しくなっているように感じる毎日ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

きゅうり、トマト、なすなど夏野菜が実りを迎え、食卓を彩ってくれています。暑さで体が熱い、疲れがとれない、食欲が落ちる、こんな時は体を冷やす効果のある夏野菜を意識して摂りましょう。熱中症予防にも効果があります。夏野菜だけでなく、旬の野菜は不思議と季節にあわせて体に必要な栄養を含み、自然と体に良いものになっていると気づかされます。



七夕飾り、蓮池、金魚鉢、アジサイのタペストリーが涼しさを運んでくれます。



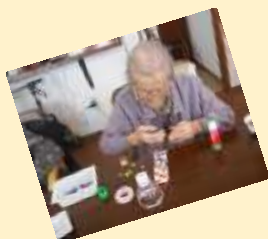
皆様の願い事が  
叶いますように！



★持ち帰り作品★  
ふうりん



皆様の家の軒先  
で、涼しい音色  
してますか？



松本皎さま 川柳コーナー

文なしに  
オレオレ詐欺も  
よりつかず

あの人と  
渡って見たい  
虹の橋



端午の節句で  
かしわ餅作り



団子をこねて、  
笹で巻いて  
はい！  
できましたよ～

うまい!!  
男子は  
食べる専門



昼食のぎょうざ作りの  
お手伝いもして頂きました



7月の行事予定

- ★7/ 1(金)～22(土) 壁飾り作り
- ★7/25(月)～30(土) カレンダー作り
- ★7/5(火)、6(水)、14(木)  
絵手紙教室
- ★7/12(火)、13(水)、14(木)  
そうめん流し
- ★13(水) 誕生会
- ★お持ち帰り作品 絵手紙

