



令和元年10月の消費税法改正の伴う介護報酬改定により、介護保険一部負担額の引き上げが実施されます。改めて皆様に書面でご説明の上、重要事項説明書の取り交わしをさせていただきます。お手数をお掛けしますが宜しくお願い致します。

## 共同制作(貼り絵)

【写真⑤ひまわり、⑥あさがお】  
季節ごとの貼り絵を、利用者様に協力して頂き制作しています。次回作もお楽しみに！



- ・けんちん汁
  - ・長芋の梅肉和え
  - ・厚揚げの蒲焼
  - ・赤飯
- お盆「精進料理」  
お品書き

## 祝 おたんじょうび おめでとう



## お詫び

8月20日おやつに予定していました、ソフトクリームは、機械の調子が悪く中止、代わりにシュークリームを召し上がって頂きました。楽しみにしておられた皆様、すみません



## ★9月の行事食

- 9日 重陽の節句
- 23日 十五夜



## 熱中症を予防しよう！③



残暑厳しい日が続いています。9月になっても熱中症に気を付けなければいけません。高齢者の熱中症予防は「隠れ脱水」対策からです。「隠れ脱水」とは、体の1～2%の体液が失われている状態をいいます。この状態に早めに気づき、対策をとっていくことが熱中症予防に繋がります。「皮膚がカサつくようになった」「口の中がねばつくようになった」「便秘になった、あるいはひどくなった」「手の甲を摘み上げて離した後につまんだ後が3秒以上も残る」等の兆候があれば早めの水分補給を行いましょ。その際、経口補水液（ドラッグストア等で市販されています）なら、より効果的です。「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉があります。あともう少し油断せずに熱中症対策を心掛けましょ!!