

さつき荘調理新聞

VOL. 5



こんにちは！じめじめした日が つづきますね
あと1か月もすると、夏がやってきます！
暑いと食欲もなくなってしまいますが、
さつき荘では夏メニューばっちりそろえてますよ！

冷やし中華・冷やしたぬき・カレーライス・アイスクリームなどなど
みなさん楽しみにして下さいね～！



夏には西武園の花火もあります。
屋上に出たらみえるかも！



さつき荘の近隣には中央公園が
あってお散歩には最適なところ
です。すこ～しだけ距離があり
ますが、足を延ばしてみたらい
かがでしょうか。良いところ
です！

令和元年

食事に関わるこれからの行事

おこのみランチ

8・9・10・1・2月

外注献立 9月

荘内希望献立 10月

おたのしみ食事会 11月

外注献立 11月

忘年会 12月

新年祝賀会 1月

鍋料理 1・2月

さつきグルメ 3月

皆さんのお食事しているところを見ると、あわてて食べている利用者さんがいます。あわてて食べると、のどに詰まったり、思わぬ事故につながってしまいます。いつまでも健康でいるために食べ方にも注意しましょうね！



楽しい食事をするために

しっかり噛んで美味しく食べましょう！

- 1・イスに深くすわって、姿勢よく
- 2・急がず、ゆっくり食べましょう
- 3・少量ずつ口に入れ、よく噛んで
- 4・小さく切ってから、口に入れて
- 5・口に詰め込みすぎないように

これから暑い日が続きますが
体調に気をつけてお過ごしください



調理員の齊藤です。休日は主に釣りに出掛けたり、ツーリングに出掛けたりしています。趣味があると1日が充実しますね。みなさんも充実した一日を過ごして下さいね！

