

ヘルスケア情報局

『夏バテ』



暑い日が続くと、さっぱりした食事になりがちですが、水分の多い食事のせいで胃液が薄まると更に食欲が落ち、体力が落ちたり下痢や便秘になりやすくなります。

蒸した野菜と鶏肉をポン酢で和えたり、冷やした豚しゃぶと生野菜をうどんに乗せたり。夏野菜の彩りを生かした献立も食欲が沸きます。

食欲が無かったり、十分な食事を準備できないという方は、普段の食事に加えて、便利な濃厚流動食などを取り入れてみるのもお勧めです。

ホリカフーズ 栄養支援スープ各種

3大栄養素をバランスよく配合した、とても美味しいスープ。味は6種類。

1袋 200ml 200kcal

30袋 7,128円(税込)



Let's 脳トレ!

問題 「同じ絵が2組あります。探してみましょう」



答えはこのページの一番下です

デイフィット ラクティよりご案内

人気のプログラム『買い物リハビリ』のご様子です。ウォーキングマシンだと難しい人でも、スーパーを見て回りながらだと15分位楽しく歩けてしまうのが不思議ですね。

その日のお弁当を買ったり、孫へのお菓子を買ったり。ベルク様では食料品から洗剤などの日用品まで揃うので大好評です。



三友のつぶやき

デイフィット ラクティも、早いもので7月に2年目に入りました。少しずつですがご利用のお客様も増え、楽しんでいただいている顔を拝見すると、開所して良かったな、と実感します。

少しずつプログラムを充実させたり、自主トレのメニューを増やしたりと、試行錯誤しながら進んできました。これからも、ご利用のお客様の声を聞きながら、地域の皆さんに喜んでいただける場所を創っていきたいと思います。

介護事業部長 三友義信

for everyone's active life
すべての人の いきいきとした 暮らしのために

家電販売 訪問介護 障がい居宅介護 福祉用具 デイサービス 住宅改修・リフォーム
有限会社 あい家電

住所：大泉町坂田2-12-2 電話：0276-63-3371

ラクティ 住所：大泉町日の出1-10

ケアステーション ラクティ (福祉用具、リフォーム) 電話：56-9237

ケアステーション ラクティ 日の出 (訪問介護) 電話：55-4203

デイフィット ラクティ (デイサービス) 電話：55-4204

ホームページ：<http://ai-kaden.jp/>



LET 'S脳トレ 答え

