

ケアビレッジ通信

2026年7月号

七夕に由来する文月の異名
 他の呼び名としては、7月の代表的な行事である七夕に因み「七夕月(たなぼたづき)」や織姫と彦星が互いに愛し合うという「愛逢月(めであいづき)」と言った呼び名も有ります

今月の壁画



和食御膳



- メニュー
- ・ちらし寿司
 - ・かきあげ
 - ・オクラの節和え
 - ・花麩のお吸い物
 - ・デザート



レク



朝顔



高齢者の夏バテは栄養不足から!?
 高齢者は食欲が低下し易く、消化や吸収能力が衰える為、栄養の摂取が難しくなりがちです。栄養不足によって身体の免疫力が低下し、体力の低下や疲労を感じ易くなる他、筋肉量が減少して身体の動きが鈍化します。その結果、高齢者は暑い季節になると体力を消耗し易く、夏バテになりやすいです。特に蛋白質やビタミン、ミネラルの不足は免疫力や筋力の低下を招き、夏バテのリスクを高めます。