

てんてん 2024.5

特別養護老人ホーム
天赦の里 広報誌

新緑の若葉が清々しい季節になりました。と言っても既に汗ばむ日もあり、車の中はエアコンが必要なことも…なんと「夏バテ」も気温が大きく変動しやすいこの時期に起こることがあるそうで、自律神経が乱れて、疲れやだるさを感じやすくなるのだとか…大きく体調を崩す前に、栄養、睡眠をしっかりと摂って対策していきましょう。



天赦の里の日常。なにかと楽しいご利用者さん♡



天赦の里に新しい管理栄養士がやってきましたー！



名前：阿部 美咲
血液型：AB型 射手座
趣味：好きなアーティストの音楽を聴いたりライブに行くのが好きです。
天赦の里への意気込み：「楽しい食事」を目指して頑張ります！どうぞよろしくお願致します♪

