

令和 5 年

2023年7月

今月は **夏バテ予防月間** です！



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26	27	28	29	30	1 体重測定	2 
3 体重測定	4	5	6	7	8	9
10 「夏バテ予防 講座」	11	12	13 	14	15	16
17	18	19 「夏バテ予防 講座」	20	21 誕生会	22 誕生会	23
24  夏祭り	25 「夏バテ予防 講座」	26	27	28	29	30 
31	1	今月は、いつも皆様の昼食をお作りしている、安立園の管理栄養士による「夏バテ予防講座」を開催いたします！ 栄養や食事の観点から、皆様の生活にお役立ち情報をお届け♪				