

令和 6 年

2024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
1 体重測定	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12 「夏バテ予防講座」	13	14
15	16 「夏バテ予防講座」	17	18 夏祭り	19	20	21
22 「夏バテ予防講座」	23 	24 「夏バテ予防講座」	25 土用	26 誕生会	27 誕生会	28
29	30	31	1	2	3	4
5	6	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♪				