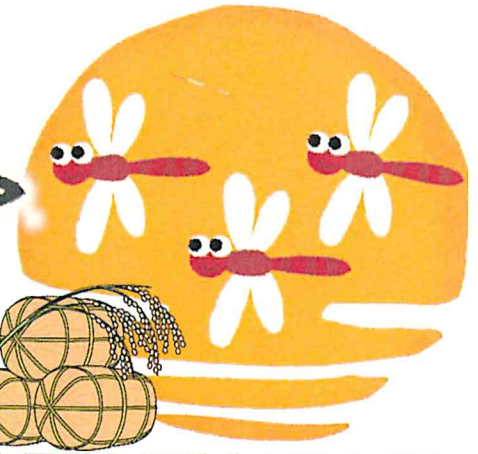




風乃里水戸田 通信



株式会社 ウェルファイン
〒939-0401 富山県射水市水戸田 966 番地 1
電話：0766-53-0008 FAX：0766-53-0009
e-mail：kzenosato@po11.canet.ne.jp

9月・10月のイベント

- ☆9/6(水)14時～
「ザ・あんぽんたん」様歌謡ショー
- ☆9/22(金)14時～ エレオン演奏会
- ☆10月(未定) 秋季運動会
- ☆恒例誕生会 (生まれ月の方)
- ☆離週(月・水)

真生会富山病院より往診



“食欲の秋”は食べ過ぎにご用心

9月になると暑さも和らぐ一方で、気候の変化に身体がついていけず体調が不安定になりがちです。そして秋と言えば、食べる楽しみが広がる季節でもあり、食べ過ぎによる胃腸の不調を招きやすくなります。日頃より胃腸にやさしい食生活を心掛けましょう。

胃腸の調子を整えるこの一品!!

材 料：長いも エリンギ しめじ アスパラ
調味料：バター ポン酢

バターで材料を炒め、火が通ったらポン酢をまわし入れ水分を飛ばして出来上がり！

※長芋は胃の粘膜を保護するムチンを多く含みます。また消化酵素のアミラーゼが糖質の消化を促します。



夜のおでかけはなんだかワクワク！
夕食直後なので、おつまみは控えめです！(^^)！
もちろんジュースでかんぱい(*^^)v(^*)

8月の誕生会！主役はこの方☆
来年もみんなでお祝いしましょうね！



風乃里 水戸田の利用者様募集中！

お試し利用も随時受け付けております(*^_^*)ご近所お友達、ご興味ある方いらっしゃいましたらご紹介ください。
TEL0766-53-0008 ホームページ：「風乃里水戸田」で検索

