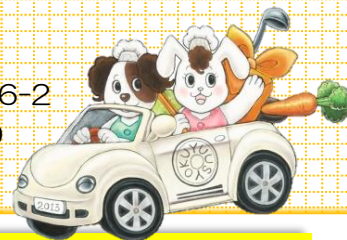


# 優食通信



株式会社 優食  
倉敷市水島南幸町 6-2  
086-444-2779



## 工場増築工事完了しました

10月末、工場増築工事が完了いたしました。今まで狭かった調理スペースの確保に加え、大型スチームコンベクションオープン、プラストチャー、プレハブ冷蔵庫などの増設、コンベア式洗浄機の新設など、お客様のニーズに十分対応できる設備を整えることができました。これにより作業の効率アップはもちろん、より一層、衛生管理の質の向上が見込まれます。2階部分には、栄養士事務所や日当たりの良い休憩スペースなど、スタッフ同士の憩いの場も整いました。



## 初めまして！新人管理栄養士です

9月より入社しました、管理栄養士の能勢良子です。栄養バランスはもちろん、見た目からも「おいしそう！食べたい！」と思われる献立を考え、お客様の食べる意欲を引き出し、健康づくりのお手伝いをしたいと思います。高校、大学とソフトボールをしていたので体力だけは自信があります!! よろしくお願ひします。



### 12月の企画メニュー

12/5・6・7  
ピビンバ丼  
& コーヒーゼリー  
12/17・18・19・20  
クリスマスちらし寿司  
& 照り焼きチキン



## 「今年一年ありがとうございました」

今年は西日本豪雨災害という予測もしていなかったつらい出来事があり、忘れられない年となりました。私たちはこの経験とおし、地域の皆様に支えられる企業として何が出来るかを改めて考える機会といたしました。その思いをもって、来年も今年以上にお客様の心に寄り添い、まごころ込めてお弁当をお届けいたします。どうぞ引き続きご支援、ご協力よろしくお願いいたします。

## 年末年始営業のお知らせ

大変ご迷惑をお掛け致しますが、下記表の営業とさせていただきます。

	27 木	28 金	29 土	30 日	31~ 1/4	5 土
市の配食	○	×	×	×	×	○
一般配食	○	○	○	○	×	○

＜倉敷市給食サービス＞

年内 12月27日（木）まで配食

年始 1月5日（土）から配食開始

※12/30は昼食のご注文がある場合のみ夕食の配食も同時配食可能です。

## 冬の脱水症状にご用心!!

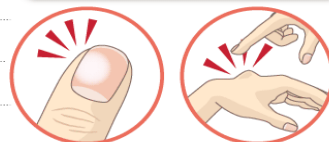
毎日お弁当をお届けする方、曜日によってお届けする方、いろいろな方がいらっしゃいますが、どのお客様も優しく、お弁当をお届けすると私達配達スタッフをとてかわいがってくださいます。時には自身のお庭で採れた野菜や果物をくださったり、暑い時期には飲み物をいただいたり本当に感謝でいっぱいです！そんなお客様達には「いつまでも元気でいてほしい！」と、いつも心から思います。これからの時期は乾燥する日々が続き、冬でも脱水症状の危険があるようです。私達は介護に関してはほとんどが未経験なので初歩的なことしかできませんが、「しっかり水分とってよ〜」「お薬飲みましたか？」など声掛けをして、しっかりコミュニケーションをとっていきたいと思います。

### 「かくれ脱水」を見分ける方法

- 指先が冷たい  
爪を押しした後、色が白からピンクに戻るのに3秒以上かかる
- 皮膚に張りがない  
手の甲を引っ張ると、元に戻るのに3秒以上かかる
- 口の中が乾燥している  
舌が赤黒くなったり、白くなったりする
- 頭痛や筋肉痛  
体が痛む
- 食欲が低下する  
下痢または嘔吐がある場合も

### こんな人は特に注意

- 高血圧、糖尿病、心臓あるいは腎臓に持病がある
- マンションなど気密性の高い住宅や、建物の最上階に住んでいる



優しさを食卓に・・・



# 優食



体に優しい 優れたバランス