

## サン・スマイル・キッチン移転報告

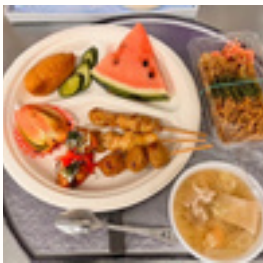


8月30日よりサン・スマイル・キッチンが本社1階の事業所から京王高尾線山田駅徒歩1分の場所に事業所を移転し営業を開始しました。移転前後は慣れない営業となりましたが現場社員、スタッフの協力もあり大きなトラブルも無く営業をしています。今後のケータリング等の受注を見越して今までよりも調理機器を増設（スチコン、ブラストチラー）し、ケータリング時の盛り込みスペースも確保した厨房となっています。近くに来た際は、ぜひお立ち寄り下さい。サン・スマイル・キッチンの事業所移転に併せて、給食事業部の事務所も同じ場所に移転しましたのでご報告させていただきます。

### Festival

## シルバービレッジ納涼祭

日野、日野東館、八王子西で毎年納涼祭を行っています。テラスにて、焼き鳥、たこ焼き、焼きそばを入居者様の目の前で実演しました。天気も良く、暑い中でしたが、施設様からもジュースやかき氷の差し入れを頂き、無事に提供できました。



メニュー



実演中



お疲れさまでした

### introduce

## 金子恵介さん

所属 サンライト  
趣味 洗濯  
好きな食べ物 白米  
座右の銘 敵は己の中にあり  
マイブーム K-POP



### Health

## 夏場の水分補給のおすすめな飲み物って？

おすすめはノンカフェインの飲み物が良いとされています。利尿作用がなく体に補った水分を留めてくれているからです。代表的な飲み物としては、麦茶・ルイボスティー・黒豆茶・水などです。一般的（成人）には1日に摂取したい飲水量は1.2Lと言われています。喉が渴く前に飲む1回の飲水量は150ml～200mlなど心がけましょう。

帰宅後は入浴前・就寝前・起床時に意識して飲むこともお勧めします。

暑い日には、活動強度に関わらずこまめな水分補給が必要です！

※また暑い環境での激しい運動や労働によって大量の汗をかいた場合には、水分と一緒に少量の塩分や糖分を補給することも勧められています。

