

めくもいだより 2月号

まだまだ寒い日が続きますが暦の上では **春** になります。
 今年の節分は地球の公転周期と暦のズレによってなんと **124年** ぶりに**2月2日** となります。そんな節分に使われる大豆にはたくさんの栄養が含まれています。1日1回は大豆食品を食べると健康に良いと言われています。皆様もぜひ健康な体づくりの為に色々な食材から栄養を摂取して2月も元気に過ごしましょう!!

2月 レクリエーション予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|------------|---------|-------|-------------|--------|-------|
| | | | | | | 1 |
| | | | | | | 脳トシ |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 脳トシ | 節分ゲーム | | 個別レク | クラフト(おひなさま) | | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| クラフト | めくもりカフェ | | 60G&H | めくもりカフェ | カラオケ | |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ビデオ鑑賞 | 3月のカレンダー作り | | | 室内ゲーム | テツ&トマト | 室内ゲーム |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |
| 室内ゲーム | 個別レク | いきいき楽楽楽 | 壁画作り | | | |

AED 設置しています
 【お知らせ】 ※予定は諸事情により変更することがあります。ご了承ください。
 ご利用日に休まれた方は変更もできますので、職員又はケアマネジャーにご連絡ください。
 また、ご利用日の曜日変更も可能です。お気軽にお尋ねください♪

電話番号 0584-93-1811

2月のお菓子販売

2月 17日(月)
 18日(火)
 19日(水)

多数商品を取り揃えています!
 お買い物上限額1,000円のため
 1,000円以上のお金をご持参
 されないようお願いいたします

1月4日 お正月 おせち料理



1月のレクリエーションの様子

初詣・初釜



書初め



ボランティア(テツ&トマト 様)



寿司バイキング

