

2月 行 事 予 定

- 1 (水)
- 2 (木)
- 3 (金) 節分・豆まき
- 4 (土) 立春
- 5 (日)
- 6 (月)
- 7 (火)
- 8 (水) 元気アップ体操
- 9 (木)
- 10 (金)
- 11 (土) 建国記念の日
- 12 (日)
- 13 (月) バレンタインお菓子作り
- 14 (火) バレンタインお菓子作り
- 15 (水) バレンタインお菓子作り
- 16 (木) 元気アップ体操
- 17 (金)
- 18 (土)
- 19 (日) 雨水
- 20 (月)
- 21 (火)
- 22 (水)
- 23 (木) 天皇誕生日
- 24 (金)
- 25 (土)
- 26 (日)
- 27 (月)
- 28 (火)



**今月のおすすめ料理**  
**【 鶏肉の竜田揚げ 】**  
 鶏肉には体の代謝を助けるビタミンB6が含まれており、疲労回復にも効果的です。

御家族の皆様へ

新しい年を迎え、三年ぶりに皇居で新年の一般参賀が行われたり、アルツハイマー型認知症の治療薬ができる等、明るいニュースも聞かれています。インフルエンザは流行期に入り、油断できない日々ですが、御家族の皆様も体調に注意してお過ごし下さい。又、この時期、除雪作業での怪我や転倒事故があります。気をつけて外出や作業を行うようにしましょう。

新年を迎えて



今年もセンターオリジナル神社が登場しました。賽銭箱やおみくじも用意し、初詣気分を味わって頂きました。年末に皆さんに聞いた抱負や干支の貼り絵、新年恒例の福笑い、書き初めをホール内に飾っております。お楽しみください。

今年初・万年青大学



1月5日(木)、今年1回目の万年青大学が開催されました。講師は成田理事長です。正月や今年の干支にまつわる話をされ、皆さん真剣に聞き入っていました。講話の後は恒例のおみくじで今年初の運だめしです。大吉が出て、笑顔みられていました。今年には平和な年になりますように。

行事の様子等ホームページに載せておりますので是非御覧ください。

URL <http://ryokufu.or.jp>

緑青園

検索

