

12月行事予定

- 1 (金)
- 2 (土)
- 3 (日) 園内飾り付け
- 4 (月)
- 5 (火)
- 6 (水) 家族会
- 7 (木) 大雪
- 8 (金)
- 9 (土)
- 10 (日)
- 11 (月)
- 12 (火)
- 13 (水)
- 14 (木)
- 15 (金)
- 16 (土) 万年青大学(工藤所長)
- 17 (日)
- 18 (月)
- 19 (火) ゆず湯
- 20 (水) お楽しみランチ・誕生者を祝う会
- 21 (木) 冬至・ゆず湯
- 22 (金) 餅つき会
- 23 (土) ゆず湯
- 24 (日) クリスマス会
- 25 (月)
- 26 (火) 年越し会食
- 27 (水)
- 28 (木)
- 29 (金)
- 30 (土)
- 31 (日) 大晦日



★今月の一品★

マグロには血液中のコレステロールや中性脂肪を減らして血流をよくする働きがあり、動脈硬化や高血圧などの予防に効果的です。

御家族の皆様へ

本年も残すところ一ヶ月となりました。クリスマスやお正月等イベントもあり、仕事納めにむけて忙しくなることから、体調を崩したり、インフルエンザ・コロナウイルス・ノロウイルス等の感染症も心配になる時期です。

今年は暖冬になると予測されており、日々の寒暖差が大きくなることも考えられます。免疫力をつける為にも、バランスの良い食事・良い睡眠・室内の換気・適度な運動を心掛け、感染症の予防と健康維持に努めましょう。

紅葉見物



10月24日 平川市にある、猿賀神社にて紅葉見物に出かけました。気持ちの良い秋晴れの日に出された利用者様は温かい日光の元、綺麗に色付いた紅葉を見て「綺麗だ〜」と話されたり、鯉に餌をあげてとても楽しそうでした。永井静枝様は「またここに来たいです。」と笑顔で話されていました。

誕生者を祝う会



10月9日 緑青園のレストラン瑞穂にて誕生者を祝う会を行いました。内山主任から誕生者を紹介し、まわりの方々からもお祝いの拍手を受け、中には元気よく返事をする方もおられました。大変賑わいを見せました。最後は、緑青園を代表して葛西次長から利用者様にプレゼントが贈られました。プレゼントを受け取った利用者様は「ありがとう」や「大切にします」と話され、皆さんとてもう

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

