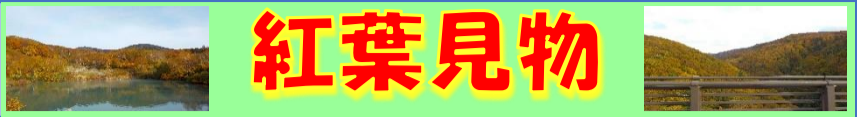


12月 行事 予定



紅葉見物

1 (金)

2 (土)

3 (日)

4 (月)

5 (火)

6 (水)

7 (木) 大雪

8 (金)

9 (土) 元気アップ体操

10 (日)

11 (月) ガール美容室

12 (火)

13 (水)

14 (木)

15 (金) 元気アップ体操

16 (土) 万年青大学(講師:工藤次長)

17 (日)

18 (月) 散髪日

19 (火)

20 (水)

21 (木)

22 (金) 冬至・餅つき会

23 (土)

24 (日)

25 (月) クリスマス

26 (火)

27 (水)

28 (木)

29 (金)

30 (土)

31 (日) 年越し



10月16日(月)から三日間、酸ヶ湯方面へ紅葉見物ドライブに出かけました。今年の紅葉は猛暑の影響もあり、色づきが心配されていましたが、朝晩の寒暖差で、例年通り綺麗に色づいていました。天気にも恵まれ、城ヶ倉大橋から見える絶景を楽しみ、車内は歓声で賑わっていました。

青森県審査員会長賞



今年も新館の大澤金造様が育てた菊を持ってきて下さいました。

青森県審査員会長賞を受賞した菊を鑑賞した利用者様からは、「菊を見ると心が躍るじゃ」「うわあ、やっぱり綺麗だじゃ〜」等感想聞かれ、記念撮影を楽しんでいました。

来年も鑑賞できるのを楽しみに待ちたいと思います。



今月のおすすめ料理

【 豚肉の角煮 】

豚肉には亜鉛が含まれており、風邪や感染症の予防に役立ちます。

御家族の皆様へ

本年も残すところ1カ月となりました。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。

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

