

# 令和元年12月 レクリエーションスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 お休み	2  カレンダー作成 	3  ナースの話	4  ナースの話	5 	6 	7 
8 お休み	9  体重測定 	10 	11 	12  絵手紙 ナースの話	13  ナースの話	14 
15 お休み	16 	17 	18 	19 	20  西高吹奏楽部 演奏会 	21 
22 お休み 冬至 	23 	24 	25  クリスマス会 	26 	27 	28  ビンゴ大会 
29 お休み	30 お休み	31 お休み	<b>冬至の七種</b> かぼちゃ、ニンジン、れんこん、銀杏、キンカン、カンテン、うどん <small>(とうじのななくさ)</small> これらの食材は、動脈硬化や脳卒中の予防、風邪の予防に役立つと言われ、キンカン、銀杏は咳止めの効果があると言われています。ただし、銀杏は多食すると中毒を起こすので注意して下さい。また、うどんは体を温めて風邪の予防になるそうです。		今月のナースの話 今月の歌 冬に流行する感染症対策 たき火♪ ~風邪は万病のもと~	

年末年始休業日は  
R1.12/29~R2.1/3 となります

※予定は変更になる場合がございます。

通所リハビリテーション あみ

 入浴男性から

 入浴女性から