

関金ラジュームデイサービスセンター お知らせ2月号



日	月	火	水	木	金	土
❀ バレンタインデー ❀ 14日 かわいくて、おいしいお菓子を 皆様で作って食べます♪				1 脳トレ	2 節分 	3
4	5	6	7	8	9	10
いき いき 体操	 冬季運動会		おやつ作り		薬膳 料理	カード ゲーム
11	12	13	14	15	16	17
	玉遊び	いき いき 体操	バレン タイン デー	薬膳 料理	脳トレ	
18	19	20	21	22	23	24
おたの しみ会	いき いき 体操	 誕生会		言葉 遊び	上映	ひな まつり 音楽会
25	26	27	28			
23日~28日 上映週間 						

おたの
しみ会
18日

懐かしい
道具を
使って
楽しい
遊びを
します!
景品も
ありま
すの
で
おたの
しみに!!

薬膳料理：美肌をつくりましょう❀
 肌のトラブルは疲労、ストレス、睡眠不足を
 はじめ水や食べ物の刺激等が考えられます。
 漢方の世界では肌は内臓の鏡と言われて
 いるくらい重要ですので
 『鶏肉・大根・かぼちゃ・くるみ等』を
 使用した料理で肌の調子を整えましょう!

節分：2日・3日
 今年の恵方は『南南東』です
 豆で鬼を退治し
 邪気を払いましょう!!



〒682-0411

倉吉市関金町関金宿259-1

☎ 0858-45-1168

家族の皆様も行事へのご参加お待ちしております。