

# 関金ラジュームデイサービスセンター お知らせ1月号



日	月	火	水	木	金	土
本年もよろしくお願いいたします。 			<b>初詣</b> : 3日・4日・5日 新年の祈願に、初詣に出かけます♪ ※雪の状態によって変更もあります。			1 <b>休</b>
2 <b>休</b>	3 	4 	5 	6 薬膳料理	7 新年祝賀会	8 
9 いきいき体操	10 	11 カラオケ	12 脳トシ	13 	14 お手玉体操	15 とんど祭り
16 お楽しみレク	17 いきいき体操	18 	19 カラオケ	20 脳トシ	21 レクリエーション大会	22 いきいき体操
23 お手玉体操	24 カラオケ	25 薬膳料理	<b>上映週間</b> 26~31日 ※見たい映画や作品などご要望がありましたら職員まで♪			29
30 上映週間	31 上映週間	薬膳料理 6日・25日 老化防止 (体を冷やさない) 黒色の食材【昆布・しいたけ・ごぼう・ひじき】は 身体を温め、老化防止の効果があるとされています。 旬の野菜・大根、白菜、白ネギ、かぶなど一緒に調理して食べましょう。				<b>新年お茶会</b> 8日 今年も皆様が健康でおられます様にお抹茶を頂きます。 良い新年を迎えましょう。

2022  
新年祝賀会  
7日  
笑う門には  
福来たる  
職員の  
一芸や  
面白  
ゲーム!  
など  
新年  
初笑い  
を是非  
ラジューム  
で  
お楽しみ  
下さい!



今年は「寅年」



〒682-0411  
倉吉市関金町関金宿259-1  
☎ 0858-45-1168



家族の皆様もコロナ感染症にはお気を付け下さい。