

# 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
<p>まだまだ寒い日が続きます。 体調に気を付けて いきましょう!! 春はもうすぐですね。</p>			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
おやつ 作り	おやつ 作り	お手玉 体操	<p>冬季 運動会</p>		薬膳 料理	ゲーム の日
12	13	14	15	16	17	18
お楽 しみ 会	いき いき 体操	バレン タイン デー	脳トシ	ゲーム の日	お手玉 体操	<p>誕生会</p>
19	20	21	22	23	24	25
薬膳 料理	作品 作り	いき いき 体操	ゲーム の日	<p>上映週間 23日~28日</p> <p>※見たい映画や作品などご要望が ありましたら気軽に 職員まで♪</p>		
26	27	28	<p>上映週間 23日~28日</p>			

## 節分祭

2/3日

職員と  
一緒に  
鬼退治  
など  
ゲーム  
を行いま  
す。  
楽しい  
ひととき  
を  
過ごし  
ましょ

## バレンタインデー 14日

みなさんで楽しいゲームを行って  
楽しみます♪



**薬膳料理** 10日・19日：美肌をつくろう  
肌のトラブルは疲労・ストレス・睡眠不足を  
はじめ水や食べ物への刺激等が原因です。  
漢方の世界では、肌は内臓の鏡と  
言われています。  
『鶏肉・大根・かぼちゃ・くるみ』等を  
使用した料理を食べて  
肌の調子を整えましょう。



## 節分祭：3日

今年の恵方は『南南東やや南』です。  
豆で鬼を退治し邪気を払いましょう!!

【豆知識】恵方巻きとは？  
商売繁盛・無病息災を願って  
福を巻き込む意味で食べます。



〒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ください。