

あかりの里 だより

第 160 号 令和元年 12 月 1 日発行

荒川区東日暮里 2-48-1 TEL5604-3977

毎月の個別機能訓練は、元気のもとです



ストレッチ運動と自転車漕ぎでリフレッシュ！

11月の人気の書道教室



先生のお手本を見て、作品を沢山書きました

今月のちぎり絵作品



冬景色（つばき・こたつ・雪帽子）

毎週、新しい花を見られます



トーヨロマン、バラ、スプレーバラ
アリストロメリア、ガーベラ
スプレーカーネーション、
カーネーション

毎週月曜日に、生花が届き、ご利用者の目を楽しませてくれます

11月の昼食メニュー



栗ご飯
若鳥と野菜たっぷりクリーム煮
うれん草とコーンのバター炒め
ズッキーニと人参のピリ辛煮
香の物、フルーツ



秋サケ入り手作りコロケ
温野菜添え
竹輪と青梗菜のさっと煮
モズクとオクラの酢の物
香の物、フルーツ

11月は三人のお誕生日会がありました



デイサービスの空き状況

＜ 祝日もご利用できます ＞

ご利用はどの曜日でも対応致します。喜んで見学の送迎致します。

○ご利用可、 △ご利用について応相談、 ×満員で利用不可

	月	火	水	木	金	土
空き状況	△	×	△	○	×	×