

デイケア通信

十二月号



二十四節季

大雪 十二月七日

雪が降り積もる

冬至 十二月二十二日

昼間の時間が最も短い

世界のグルメ「クリームシチュー」

クリームシチューは鶏肉、豚肉などとジャガイモ、タマネギ、ニンジンなどの野菜を煮込み、ホワイトソースを加え、牛乳やスープで仕上げた料理です。昼食に提供しますので、「賞味ください」

12月14日 昼食にご提供!



写真はあくまでイメージです。

《総務課より》

利用料のお支払いは毎月十五日までにとなっておりますのでご協力ください。尚、窓口でのお支払いは「年中無休」・「午前九時～午後四時」となっております。

ゆず湯

日本では「冬至」に柚子湯に入りカボチャを食べると風邪をひかないと言われていています。なぜ、冬至に柚子湯に入る習慣が出来たのでしょうか？



この冬至に、「ゆず湯」に入り、「冬至かぼちや」を食べる風習が日本にはあります。「ゆず湯」は、厳しい寒さの中でも健康に暮らせるようにと、浴槽に柚子を浮かべて、風邪を防ぎ、皮膚を強くするという効果があります

柚子(ゆず) || 融通(ゆうず)「がきく、冬至 || 湯治(とうじ)」。湯にはいつて病気を治療すると言語呂合せから柚子湯に入る説がありました。元々運を呼びこむ前に厄払いするための禊(みそぎ)です。

柚子湯には血行を促進して冷え性を緩和したり、体を温めて風邪を予防したり、果皮に含まれるクエン酸やビタミンCによる美肌効果があります。さらに、芳香によるリラックス効果もあります。

キドキでは、元気に冬を越すために、十二月十八日～二十日「柚子湯」にご入浴して頂きます。どうぞ楽しみに

12月主な予定

4日(月)～8日(金)

体重測定

5日(火) ご当地/大阪府

14日(木) 世界のグルメ

18日(月)～22日(金)

クリスマス週間

25日(月) お楽しみ献立

27日(水) セレクト食



通所年末年始のお休み

・年内は、12月29日(金曜日)まで営業します。

・年始は、1月4日(木曜日)より営業します。

・1月8日(月曜日)の祝日は通常どおり行います。

