



# ここから元気通信2月号

## new!ここから安東

ここから安東では昨年末より改修工事を行いました。利用者様方には、ご協力をいただきましてありがとうございました。

お陰様で新年の平成31年1月4日より通常営業することができております。

安東の施設も年数を重ねており、改装はデイルーム・浴室・脱衣場の数カ所をさせていただいております。デイルームの雰囲気も変わり、特に浴槽部分は大きく取り換えており、大きめの浴槽を1つ設置いたしました。実際に入った方は、大きな体格の方でもゆったり入浴できることで好評です。

ぜひ、ご利用いただきたいと思いますのでお気軽にご相談ください。



## 冬といえば...

まだまだ寒い季節が続いています。インフルエンザ注意報も出ているので風邪には十分気を付けてください。

さて、冬といえばやっぱり身体が温まるもの！といえば、鍋ですね！皆さんは何鍋がお好きですか(^\_^)？郷土料理(広島は、牡蠣の土手鍋！)に加え、近年は鍋の素にたくさんの種類がでており色々な鍋を楽しむことができます。定番メニューは、キムチ鍋や寄せ鍋もつ鍋、おでんなどが人気です。変わり種もいろいろ出ており、トマト鍋、カレー鍋、ミルフィーユ鍋、チーズ鍋など多くの鍋が出てきています。材料だけでなく、締めも出汁によってラーメンやうどんを入れたり、ご飯をいれておじやだけでなくリゾットにしたりといろいろな楽しみ方ができます。

楽ちんでアレンジの利く料理なのでぜひいろんな鍋を楽しんでみてください。



# アロマブーム到来！！

廿日市地区では大野から吉和まで様々な地域で健康教室を開催しておりますが、その教室ではアロマを使ったレッスンを実施しております。

アロマの良い香りを感じながらのリラクゼーションタイムやストレッチ。

アロマクリームを使ったハンドマッサージなどのレッスンも非常に好評です。

また、ここから阿品の2階にて月に1回開催しているサロンではアロマスプレーの作成も実施しました。

2月21日(木)にはアロマハンドクリームの作成を予定しております。



## ） 文 芸 欄 ）

何事もなく大寒の誕生日

阿品 上野茂子

冬枯の林目指して集うカラス

安東 中田正則

古里の音しみじみと除夜の鐘

キャンパス 玉翠

焼き牡蠣の殻のうしほも啜りけり

阿品 永野昌人

週三回デイサービスで元気もつ

己斐 長尾照子

青梅の匂いにさそわれ雀二羽

キャンパス 文香

いにしえの社殿のおくはえゆかし

阿品 寺川芳子

梅の香が漂よいくれば思い出す

過ぎし人の清らなたたずまい

己斐 あみ岡しづ子

元旦やピカピカ輝く玉の露

キャンパス 幽翠