

# 8-3 談話室かべ新聞

新春第1号 (第17号)

発行日 平成25年 1月

発行 オバーンス

寒中お見舞い申し上げます。

今年も、粘っこくいきたいを思っていますので、宜しくお願い致します。



長芋はサクサクしていて、粘り気が少ないので、そのまま刻んで食べても、煮ても、焼いても、揚げて、漬けても、美味しいです。

本来の「山芋」は「自然薯」を指して天然の山になる芋を「山芋」と呼ぶそうです。

八百屋さんやスーパーで売られている「山芋」と呼ばれる種類は、ほとんど栽培されているもので、  
関東では、長い芋を「長芋」、グローブのようなイチョウの形をした芋を「大和芋」、関西では、丸いジャガイモの大形のような芋を「大和芋」奈良県の伊勢芋や三重県の丹波芋を指しているからだそうです。



桜の木に雪の花が咲きました。



## 要注意

みなさ〜ん お元気ですか!!

今年も、インフルエンザが猛威をふるってきたそうです。

予防には、うがいや手洗い、歯みがきをきちんとしましょう。

(手の洗い方は、掲示板と支援員室の前に貼って有ります。)

バランスの良い食事と、十分な睡眠をとり、疲労をためないように!

室内の湿度は、50~60%位が最適だそうです。

外出するときは、マスクを着用するように、心がけましょう。

もし、かかったら早めに医療機関で受診して治療をしましょう。



## 再生資源と不燃ごみ

いつも分別に、ご協力いただきありがとうございます。

申し訳ございませんが、再生資源の空き缶は、(飲料用・アルミ、スチール缶)のみ、

その他の缶詰缶、入浴剤の缶、スプレーの缶などは、不燃ごみの方に捨ててください。

又、ビン類はすべて不燃ごみに! ご面倒とは思いますが、何卒ご協力を宜しくお願い致します。

## お知らせ

サークル・ひらりん

毎週

火曜

木曜



椿の花 笑顔の花

活動中 皆さ〜ん、はまっけてっせん

陽だまりの会サロン (お茶っこ会)

2月の予定

8日 15日 22日

ふるさとセンターにて 毎週 金曜日

午前10時~12時まで

お茶会・手芸・体操・レク活動・歌など

