

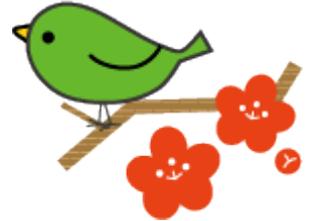
あおぞらだより

高陽第一診療所テイスサービスセンター あおぞら

電話 841-2020 2013年2月号



2月の活動予定



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					ミュージックセラピー	お休み
3	4	5	6	7	8	9
お休み	書道 節分豆まき	アロマハンド マッサージ	指編み	頭の体操	カラオケ	お休み
10	11	12	13	14	15	16
お休み	お休み 建国記念日	貼り絵	料理教室	書道	コーラス 笑いヨガ	お休み
17	18	19	20	21	22	23
お休み	ちぎり絵	映画鑑賞	手芸	華道	アロマハンド マッサージ	お休み
24	25	26	27	28		
お休み	カレンダー 作り	カレンダー 作り	アロマフット マッサージ	3B 体操		

暦の上ではもうすぐ立春ですが、寒い日が続きますね。暖かい春が来るのが待ち遠しいです。

インフルエンザも流行しています。うがいや手洗いをこまめにやって、良く食べて良く眠り抵抗力を高めるようにしましょう。今の時期は一年中で一番寒い時期ですから、体調を崩さないように気をつけましょうね。

