

12月の予定



B	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
*	12月の理美容は 混雑が予想されます ご予約は早めに &		今月の書道教室は 絵手紙・年賀状を 予定しています!			
5	6	7	8	9	10	11
	理美容	理美容			消防訓練	
予備日は13 日を予定し ています						
12	13	14	15	16	17	18
	口腔レク	口腔レク	口腔レク		口腔レク	**
	ハントマッサーシ	書道教室	書道教室		書道教室	
						ゲー 夢の郷 開設記念日
19	20	21	22	23	24	25
	定年	こ ・	7 2 会	体操教室	夢喫茶 クリスマス 行事食	夢喫茶 グリスマス 行事食
26	27	28	29	30	31	
夢喫茶	夢喫茶・フルエンザ)	夢喫茶	夢喫茶	夢喫茶	大晦日 夢の郷 お休み	

- ・温かい緑茶や紅茶のほうが カテキン作用は効果的! ※砂糖、ミルクの糖分を入れると カテキン作用の効果が落ちます
- ・20分毎に一口程度お茶や紅茶を 飲むことで喉についたウイルスを胃に 流す効果があります ウイルスは喉や鼻から侵入!



年末年始のお知らせ 12/31~1/3 お休み

夢の郷 開設記念日 平成16年に開設した夢の郷は 12/18に17年を迎えます。 これからも皆様と 共に年数を重ね られますように!











