

# あまこだよい



平成23年1月号 あまこだデイケア



あけましておめでとうございます。今年もあまこだデイケアをよろしくお願い致します。職員一同良い一年となるよう努めてまいります。寒さが本格的になってきました。体調管理には十分気をつけましょう！

先月のクリスマス会の写真ができました。



## < 1月のお誕生日 >

1日	田中	つや	様
5日	近藤	千代子	様
6日	柴田	進	様
8日	中根	正次	様
10日	松岡	しま子	様
11日	犬飼	みち子	様
16日	石島	芳子	様
24日	山本	と志子	様
25日	前田	アツコ	様



## 今月の壁画作品



今月の旬「ねぎ」

昔から薬用野菜として風邪や疲労の回復に使われてきました。関東では長(白)ねぎ、関西では青ねぎが主に栽培されています。“関東は白、関西は緑”と言われています。ねぎ特有の香りは「アリシン」によるもので、ビタミンB<sub>1</sub>の吸収、血行促進、血液の浄化に効果があります。

