



## 今月の目標



# 冬到来です。寒さに負けず元気に 過ごしましょう。



12月の別称(師走)

年末の忙しさに法師が走り回るから、と言う説が良く知られていますが、師走は後世の当て字で、仕事を終える「為果つ」、1年が終わる「年果つ」が変化したと言う説が有力です。

二十四節気

大雪 …… 雪が盛んに降る頃と言う意味。冷たい空気や吐く息の白さに冬の訪れを感じる頃。

冬至 …… 一年で一番夜が長くなる頃。



朝、晩と日中の温度差があり、厚着になったり薄着になったりと調整が大変な頃です。また、インフルエンザが少しずつ発症されている様です。外出後の手洗い、うがいが大事になってきております。予防接種もちろん大切ですが手洗い、うがいを忘れずにするように心掛ける事が、より大切です。

今年も残りわずかと感じるこの時期、「来年はなに年だったかな？」と考えますね。十二支(干支)は昔中国で使われていたもので、元々は「月・日・時刻」を表していました。日本では、年賀状だけでなく、飾り物などにも十二支が登場します。



### 12月の行事予定

- ・誕生会(8名様) 1日(土)、12日(水)
- ・手作りおやつ(だんご) 4日(火)
- ・クリスマス膳 24日(月)
- ・ゆず湯 17日(月)~



# 誕生会



お誕生日おめでとうございます。11月は14名様誕生会をさせて頂きました。美味しいケーキを食べたり、ひょっとこが踊ってくれたり、楽しい誕生会となりました。次回は12月の誕生会ですが、一年があっという間に感じますね。

# 手作りおやつ



11月24日(土)は手作りおやつの日で、芋お焼きを作りました。じゃが芋と白玉子のお焼きです。みたらしをかけて、より一層美味しくなりました。皆様、とても満足そうに召し上がっており、早々におかわりする方もいらっしゃいました。

# 特別メニュー



11月19日(月)、22日(木)は特別メニューの日で、秋の味覚弁当が出ました。ご飯やおかずもたくさん入っていて、とても美味しそうです。箱も、ひょうたんの形をしていて面白いですね。中身が微妙に違うのわかりますでしょうか？

# 避難訓練



11月14(水)は避難訓練を行いました。皆様、とても真剣な表情です。この時期は、特に火災が発生しやすいので、十分に気を付けないといけませんね。