



2018年9月・まんまだより



長月 NO. 135

日	月	火	水	木	金	土
		毎年恒例!! 流しそうめんを 今年も行いました				1 リハビリ体操 カラオケ
2 	3 リハビリ体操 脳トレーニング	4 リハビリ体操 ビューティクラブ	5 リハビリ体操 おやつ作り	6 リハビリ体操 カラオケ	7 リハビリ体操 書写・書道	8 リハビリ体操 まんだら塗り絵
9 	10 リハビリ体操 お茶会	11 リハビリ体操 押し花教室	12 リハビリ体操 ♪オカリナ♪	13 調理クラブ リハビリ体操	14 リハビリ体操 絵手紙教室	15 リハビリ体操 DVD体操
16 	17 敬老の日 リハビリ体操 ✿敬老会✿	18 リハビリ体操 ✿敬老会✿	19 リハビリ体操 ハンドマッサージ	20 リハビリ体操 歩行訓練	21 リハビリ体操 ゲーム トレパチ	22 リハビリ体操 回想法
23 秋分の日 	24 振替休日 リハビリ体操 おやつ作り	25 リハビリ体操 歩行訓練	26 リハビリ体操 ゲーム	27 リハビリ体操 生け花	28 リハビリ体操 回想法	29 リハビリ体操 ビューティクラブ
30 						



まんま夏祭りの様子

皆様ハッピー姿で太鼓を叩き！
射的や魚釣りゲーム盆踊りで
盛り上がりました！！
おやつには、ふわふわかき氷
を楽しまれました。



アロマ工房からのハーブのお話 ～ローレル 月桂樹～

月桂樹は、生薬としても利用されてきました。芳香成分には血管を広げて痛みを鎮める作用があり、神経痛やリュウマチ、食欲不振を改善してくれるといいます。お料理に使う時は葉を一回折ってから入れると一層香りが引き立ち、肉料理の臭み消しや、防腐効果があり、煮込み料理などに適しています。ギリシャでは勝利や名誉のシンボルとされマラソンの勝者に月桂樹の冠が使われています。東京オリンピックの際はぜひ注目してみてくださいね！！

