



# 平成30年2月・まんまだより



如月  
NO. 128

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
 本日休業				リハビリ体操 脳トレーニング ☆お誕生日会☆	リハビリ体操 節分会	リハビリ体操 節分会
4	5	6	7	8	9	10
 本日休業	リハビリ体操 ビューティークラブ	リハビリ体操 クラフトクラブ ☆お誕生日会☆	リハビリ体操 書道	リハビリ体操 カラオケ ☆お誕生日会☆	リハビリ体操 クラフトクラブ	リハビリ体操 脳トレーニング
11	12	13	14	15	16	17
 本日休業	ハンドマッサージ 歩行訓練	リハビリ体操 回想法 ☆お誕生日会☆	リハビリ体操 おやつ作り	リハビリ体操 歩行訓練	リハビリ体操 生け花	リハビリ体操 クラフトクラブ
18	19	20	21	22	23	24
 本日休業	リハビリ体操 押し花教室	リハビリ体操 書道	リハビリ体操 ハンドマッサージ	リハビリ体操 料理クラブ	リハビリ体操 回想法	リハビリ体操 まんだら塗り絵 ☆お誕生日会☆
25	26	27	28			
 本日休業	リハビリ体操 お茶会	リハビリ体操 ビューティークラブ	リハビリ体操 絵手紙教室			

## 季節のハーブのお話 難を転じる…南天



千両、万両、南天…冬枯れの季節に赤い実を見つけると気持ちが明るくなります。お正月の飾りにも必ず登場し重宝されています。中でも南天は【難を転じて福となす】という語呂合わせがよく知られ、縁起の良い木として愛されてきました。

その昔、江戸では、南天を植えれば火災を避けられるとされました。厄除けの意味でも多くの家の玄関先に植えられるようになりました。そして、枕の下に南天の葉を敷くと悪夢を見ないという言い伝えが残っているそうです。

お祝いのお赤飯には、南天の葉が茎ごと添えられます。厄除けの他にも、南天の葉には殺菌作用があって、お赤飯の腐敗を抑えることができたと考えられます。

また、果実を乾燥させた南天実は、「なんてんじつ」は、生薬として、喉の痛みや咳止めなど、呼吸器の不調に用いられてきました。今では、のど飴にも配合されているので、皆さんも馴染みがあることと思います。



このカニ、食べやすく美味しいわ♪

ハイタッチ♪今年もよろしくね♪

手作りすごろく♪

先月の様子  
今年の新年会は、カニ鍋とすき焼き♪手作りすごろくで盛り上がりました♪