



11月のオアシスだより

2012. 10. 30 発行
オアシス井田

きりひとは あた
桐一葉 日当たりながら 落ちにけり

高浜 虚子

秋の果物といえば、柿！「柿が赤くなれば、医者は青くなる」と言われるほど柿の栄養価は高く、酸っぱいイメージのビタミンCやビタミンK、ビタミンB1、B2、カロテン、ミネラルを含み、高血圧や脳卒中、むくみ解消に良いそうです。

11月の祝日は“文化の日”・“勤労感謝の日”があります。農業国家である日本は、古くから神々に五穀の収穫を祝う風習があった。その年の収穫物はそれからの一年を養う大切な蓄えとなることから、収穫物に感謝する大事な行事として、飛鳥時代に始まった新嘗祭にいなめさいの日が昭和23年に「勤労をたつと尊び、生産を祝い、国民がたがいに感謝しあう日」として勤労感謝の日になったそうです。

季節を感じて、11月を過ごしましょう（^-^）☆

11月の予定表

※自主製品プログラム（月・水・金／午前 火・木／午後）

日	月	火	水	木	金	土
				1 AM おあしす AM生ジュースC	2	3 文化の日
4	5 PM 書道C	6 AMミーティング AM生ジュースC PM 職員会議	7 ミニレク 合同宿泊旅行	8 AMウォーキング C PM パソコンC	9 PM全体レク 味覚狩り	10
11	12 PM パソコンC	13 AM 健康作りC①	14 PMボウリングC	15 AM ヨガ	16 ♪AM音楽C AM生ジュースC	17 なかはら健康福祉まつり
18	19 AMミーティング AM生ジュースC PM 書道C	20 AM 健康作りC② PM パソコンC PM 職員会議	21 麺ランチ	22 AMウォーキング C	23 勤労感謝の日	24
25	26	27 AM 健康作りC③	28 AM生ジュースC PMボウリングC	29 AMウォーキング C AM レジ アラカルト PM パソコンC	30	