



# 相良デイ だより

令和3年11月1日

(267号)

相良デイサービスセンター

電話：52-5553

FAX：52-5521

朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。冷たい風と乾燥した空気で体調が変化しやすい時期です。うがい・手洗い・適度な運動で風邪予防しましょう(^^)!



運動会の様子です！

ある日のお昼ごはんです(^O^)

今日の献立は・・・

- ☆にぎり寿司
  - ☆湯豆腐
  - ☆ほうれん草のピーナツ和え
  - ☆すまし汁
  - ☆フルーツ
- です



選択メニューの日は麺や丼、おやつなど2種類から選んでいただいています。みなさん迷いながらも楽しく選んで下さいます。



## ※理美容のお知らせ※

今月の理美容は・・・

11月16日,17日,18日,19日です。  
申し込みは10日までをお願いします。

## 11月の予定

☆豆情報

