



あかもん

タイムズ



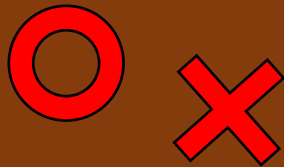
あけましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。
旧年中は、格別のご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。
2022年もより一層のご支援を賜りますよう、職員一同心よりお願い申し上げます。

あかもん職員一同



○×クイズ



12月「暮らしについて」

1月「ダイエットについて」

問題 柔軟仕上げ剤には静電気防止効果がある。

答え○ 柔軟仕上げ剤の成分には、柔軟効果に加えて静電気防止の働きがあります。また、柔軟仕上げ剤によってすべりが良くなり、摩擦が少なくなるので、静電気の発生そのものも少なくなります。

問題 ダイエットの味方であるトマト。その効果的な食べ方はトマトスライスなど生で食べる方法である。

答え× トマトには血液をサラサラにして老廃物を効率よく排出するリコピンが多く含まれています。しかし、体を冷やす作用があるため代謝が下がり、脂肪が燃えにくくなることも。それゆえトマトは加熱調理することをお勧めします。



<あかもんタイムズ> 発行所：あかもん

〒460-0011

名古屋市中区大須 4-10-85 山村ビル 1 階
052-253-5845 / FAX : 052-253-5856

E-Mail : chikatsu-akamon@mutsumi-f.jp



あかもんホームページ

<https://www.mutsumi-f.jp/akamon/>

12月、1月のプログラムより



< スタッフの小言〜今回のテーマは好きな食べ物〜 >

お寿司
ポテトチップス

(A.Iさん)

じゃがいこ
からあげ棒

(K.Iさん)

オムライス
からあげクン

(T.Iさん)

ハイチュウ
玉ねぎ

(Y.Dさん)

和菓子(餅系)
チーズ

(M.Oさん)

— 2月のプログラム (お知らせ) —

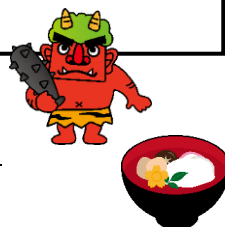
① 開所時間・・・10:30~17:00
(まん延防止等重点措置の期間中)

※解除後、開所時間は10:30~18:00に戻ります。

② 受け入れ上限人数・・・11名(1回当り)
(多目的室8名、休養室1名、相談室2名)

※1回当りの受け入れ人数に限りがあるため、
来所前にかかもんの状況(来所者数)を
確認されたい方は、お電話をいただければ
お伝えいたします。

- ③ 新規利用者受け入れ
- ・見学者：午前・午後とも受け入れ
- ・体験者：受け入れは1日1人



<2月の創作活動(2回)>

2月7日(月)は、「節分飾り」、
22日(火)は、毎月恒例の「季節の絵手紙」になります。
ぜひ、ご参加ください。



<2月のDVD鑑賞(1回)>

2月18日(金)は「ラブライブ！
The School Idol Movie」を上映します。ぜひ、ご参加ください。

※DVD 鑑賞は事前に予約が必要になります(定員に空きがあれば当日参加OKです)。

