



体調の変化にご注意を！

急激に気温が上昇するため熱中症になりやすい季節です。
夏に向けて体を慣らしていきましょう。
涼しい時間帯や涼しい場所で運動し、汗をかく準備をしましょう。
その際にはしっかり水分補給し水分を体の中で循環させることが重要です。

感染症の基本予防策も徹底しましょう。
(うがい、手洗い、マスクの使用)
黙食、咳エチケットにご協力お願いします。
発熱、嘔吐、下痢等の症状があれば直ぐに職員にお知らせください。

5/2(土) 新茶

昼食時、新茶と和菓子をご準備致します。爽やかな香りと甘みをご賞味ください。

5/5(月) 菖蒲湯

昔を懐かしみ、無病息災を願って菖蒲の香りをお楽しみ下さい。

今月の両替期間

5/11(月)~5/15(金)100円玉への両替を事務所にて行います。
時間は8:30~13:00までです。
10枚単位、1000円から受け付けます。

5月

						1 新茶  満月
3 憲法記念日 理美容室	4 みどりの日	5 端午の節句  菖蒲湯	6 振替休日	7	8	9 防災の日 8階説明 14:30~ 理美容室
10 母の日  下弦	11	12	13	14	15	16
← 両替対応期間 →						
17 新月	18	19	20 理美容室	21	22	23 理美容室 上弦
24	25	26	27	28 理美容室	29	30
31						