



インフルエンザに注意！

毎日寒い日が続きますが、この時期に流行するのが「インフルエンザ」です。インフルエンザにかからないためには、日常生活の中で予防を心がけることがとても大切です。①普段から健康管理をし、十分な栄養と睡眠をとって、抵抗力を高めておきましょう。②なるべく人ごみは避けるようにし、できれば外出時はマスクを着用しましょう。③帰宅した際は、手洗い・うがいを行いましょう。④流行の前に予防接種を受けましょう。この4つはインフルエンザ予防に大変有効です。もし、万が一体調に違和感を感じた場合は、職員まで早めにお声掛けください。

イベント報告

東急セミナーBe 三味線とお琴の演奏会

23日は生田流箏曲の先生による、お琴と三味線のコンサートを行いました。
優雅な邦楽として、古来より親しまれてきたお琴・三味線。
古典の曲から、ご一緒に口ずさめる唱歌まで、皆様とご一緒に歌われたり、年明けに相応しい楽曲を聴かせていただきました。



＊カレンダー＆花かご＊

2月のカレンダーは節分がモチーフです、十日市場では中々、ご提供できていない可愛らしい出来上がりのカレンダーになります。恒例の花かごは、ボンボンフラワー！こちらでも可愛らしい作品になると思われます。



ゴスペルコンサート

11日は野呂愛実先生による、ハーモニックヴォイシーズの皆様による、ゴスペルコンサートを行いました。
大人数での歌の迫力と、プロの歌手による歌唱と皆様で一緒に歌う5曲の懐かしの歌に、感動され涙を浮かべるシーンもありました！



健康教室

オハナ十日市場では毎日看護師による健康教室をおこなっています。
1月は以下のテーマについて勉強をしました。

テーマ

- 体温を測りましょう
- 乾燥対策
- シニアの冬の事故
- 冬の脱水に注意

2月のイベント予定

11日(火)

港さなえ 演歌コンサート

17日(月)

セミナーBEによる
「三味線、お琴演奏会」