

# 西綾瀬だより

一年は、早いもので今年も残り少なくなりました。来年は、明るいニュースが多い年になりますように：：  
良い年をお迎えください。

## 《クリスマス》

### 忘年会》

十二月二十日(月)  
十二月二十一日(火)  
十二月二十二日(水)

かわいい子供達も来ますので、お楽しみに！

大洗に行ってきました

さる、十月二十七日、二十八日、二十九日の三日間バスハイクで、大洗水族館に行ってきました。三日間とても



良い天気にも恵まれ、目を見張るような美しい海に出迎えられました。水族館では、かわいいアシカとイルカのショーを見ました。イルカの賢さにびっくりしました。めずらしい魚にも出会え短い時間でしたが楽しく過しました。お昼の海鮮丼もおいしく頂き、名物のあんこう汁も頂きました。

西綾瀬在宅サービスセンター  
平成十六年 十二月号

お土産を買うこともでき、良かったです。青い海を思い出に家路に着きました。お疲れ様でした。

### 〈お知らせ〉

#### 年末年始の事業休止

平成 16 年 12 月 29 日から  
平成 17 年 1 月 3 日まで  
新年は 1 月 4 日 (火) からです。

十二月二十一日

十二月二十一日は、冬至です。一年のうち昼間の時間が最も短い日です。この日に南瓜

を食べて、ゆず湯に入ると風邪をひかないと昔から言われています。ゆず湯は、身体を温める効果が高いと科学的に証明されています。冬至には、センターでもゆず湯を実施する予定です。ゆず湯に入ると風邪知らずで新しい年を迎えましょう。

### 今月の誕生者

- 神田 様 (明治四十二年三日生・九十五歳)
- 福岡 様 (明治四十二年二十日生・九十五歳)
- 岩崎 様 (大正一年二五日生・九十二歳)
- 山田 様 (大正二年三一日生・九十一歳)
- 中澤 様 (大正三年二十日生・九十歳)
- 狩野 様 (大正八年二十九日生・八十五歳)
- 太田 様 (大正十年二十日生・八十三歳)
- 田澤 様 (大正十二年三日生・八十一歳)
- 高橋 様 (昭和二十二年五日生・五十七歳)



### 介護教室のお知らせ

「用心！悪質商法」  
こんな手口には注意！  
平成十六年十二月十一日  
午後一時三十分より  
権利擁護センターあだちの職員が最近多いオレオレ詐欺などについてお話しします。

おめでとうございます！