

やわらぎ

2015年
2月10日
発刊

暦の上では立春も過ぎ、季節は春ですが、まだまだ寒い日が続いております。インフルエンザの流行ももうしばらく続きそうですが、皆様、体調など崩されていませんか。



「立春」は節分の翌日と覚えていらっしゃる方も多いためですが、節分は大寒の最後の日、立春は春になったその日のことです。また、節分は必ずしも2月3日と決まっていらないことを存じでしょうか。少し昔まで、節分は2月2日でした。節分が2月3日とされているのは1985年から2024年まで、2025年に2月2日になるそうです。

2月の予定

16日(月)理美容
23日(月)月行事
(ひな祭り)
25日(水)理美容

3月の予定

2日(月)理美容

月行事



1月26日(月)にアスピアでも一足早い豆まきを行いました。みなさんと鬼に扮した職員に新聞で作った豆を投げ、鬼を払い福を呼びました。

鬼は外!



福は内!

花粉症の季節 到来!

花粉症の季節になりました。スギ花粉の場合は年にもよりますが、1月後半頃から症状が出始める事が多いようです。

外出時にマスクや眼鏡を使用することも予防になります。花粉症に効く食べ物の多くに共通する成分がポリフェノールです。お茶や大豆、そば、コーヒー、玉葱などに多く含まれています。普段の食生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。



今月の川柳

塗り絵する 数々の花 今は夢
春に咲く 片栗の花 今に知る

桑野 一枝



かたくりの花