



サンサン だより

岐阜シティ・タワー43
3F サンサンの情報

2017.11.30
VOL.95毎月1回発行

急に寒くなりましたが、皆さん風邪などひかれてないでしょうか？風邪をひいたときには、ビタミンC、ビタミンA、体を温める食材を積極的に摂るといいと言われています。ビタミンCには、いちご・レモン・グレープフルーツ、ビタミンAには、ほうれん草・小松菜・にんじん・かぼちゃ、温める食材には、しょうが、ネギなどがあります。普段から、風邪予防として意識して食べるといいと思います。



〒500-8856 岐阜市橋本町2丁目52番地 岐阜シティ・タワー43 3F
社会福祉法人 新生会 サンサントウン事務局
TEL058-266-4333 FAX058-266-4334



元気塾カフェ

11月28日（火）ゲストに、岡山摩利子氏をお招きし、「楽しく脳トレセミナー」が、行われました。



11月13日健康講座



今回は、ハンドマッサージをおこないました。ハンドマッサージを受けられた皆様からは「気持ちいいね」「手が温かくなったみたい」「癒されました」などのご好評を頂きました。また、ホットココアをふるまいました。ココアの効能に皆様驚き!!身も心も温まって頂けたでしょうか。ご参加ありがとうございました。

(アンキーノ 増田)



12月20日健康講座

「コレステロールと生活習慣」

日 時：12月20日（水）10:30～
場 所：3階 まなびるーむ
担 当：たんぼぼ薬局
気軽に、ご参加下さい!!

今月のスマイルさん NO.95

シティータワー・アンキーノ 介護職員



二村 友美さん



田中 かすみさん

今年の5月より、岐阜シティタワー3階アンキーノで勤務しております。アンキーノでは、最期までその方らしく、安心して穏やかに過ごして頂けるよう、利用者様に寄り添ったケアができるよう頑張っています。どうぞ宜しくお願い致します。

サンサンひろばイベント情報

◆ クリスマス会

日 時：12月6日（水）13:30～
主 催：音の花束
★詳しくは、チラシをご覧ください!!



◆ 「コールロートス」ミニコンサート

日 時：12月18日（月）11:20～11:45
★詳しくは、チラシをご覧ください!!

◆ サンサンクリスマス会

日 時：12月21日（木）13:45～15:00
内 容：ボイストレーニング（Xmasバージョン）
クリスマスイベント（楽器演奏など）

日 時：12月25日（月）10:30～11:00
内 容：みっけのおうち クリスマス会



今月のサンサンひろばギャラリー

全日本写真連盟の方の「写真」が展示されます。

年末年始休業のご案内

シティータワー診療所

12/29(金)～1/3(水) 休診



松栄堂楽器

12/29(金)～1/3(水) 休業



シティータワー・リハビリサロン・サロンA

12/31(日)～1/3(水) 休業

歯科・オーラルクリニック

12/29(金) 17:00まで診療
12/30(土)～1/3(水) 休診



LET'S NEXT

12/29(金)～1/4(木) 休業

新生メディカル

12/30(土)～1/3(水) 休業



たんぼぼ薬局

12/29(金) 17:00まで営業
12/30(土)～1/3(水) 休業



みっけのおうち

12/29(金)～1/3(水) 休業

訪問看護ステーション・3階事務所

12/30(土)～1/3(水) 休業