

平成27年
10月

ダイバ 行事予定表

日	曜日	施設行事・イベント	お知らせ他
1	木		<p>秋を楽しもう</p> <p>秋の大運動会 スポーツの秋! チームに分かれて勝負!? 元気に体を動かしましょう</p> <p>秋のスイーツフェア 食欲の秋! ホクホクのおいものに栗満載♪ 手作りスイーツ美味しいよ♡</p> <p>足湯 湯らっくすでリラックス～ 足湯に浸かってぽっかぽか♪(10月後半を予定しております)</p>
2	金		
3	土	二胡	
4	日	定休日	
5	月		
6	火		
7	水		
8	木		
9	金		
10	土	誕生日会「富士ゴスペル」	
11	日	定休日	<p><高血圧について></p> <p>喫煙習慣に別れを告げる</p> <p>1. たばこと血圧 たばこを吸うとたばこに含まれるニコチンが血管を収縮させるため血圧が上がります。喫煙時に体内に取り込まれる一酸化炭素は、狭心症・心筋梗塞・脳梗塞などの発症と深く関連していると言われています。</p> <p>2. 禁煙のメリット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙した時点から体への悪影響がなくなる ・経済的である ・家が汚れない ・家族や周囲の人に迷惑をかけない ・たばこが切れた時のイライラから解放される <p>※禁煙が難しければ本数を減らす努力から始めてみませんか??</p>
12	月		
13	火		
14	水		
15	木		
16	金	<秋の大運動会>	
17	土		
18	日	定休日	
19	月		
20	火	朗読「話の会」	
21	水		
22	木		
23	金	習字	
24	土		
25	日	定休日	
26	月		
27	火	ハーモニカ「たんぽぽ」	
28	水	<ハロウィンデー>	
29	木	職員の仮装もあるかな?	
30	金		
31	土		