



2022年12月号
ゆしまの郷 テイ便り
03-3836-3526



今年も残すところ、あと1ヶ月となりました。これからの季節は、インフルエンザの流行する時期で今年にはインフルエンザとコロナのダブル流行が懸念されております。お食事面では、根菜類は、免疫力を高める栄養素があり、ビタミンが多い柚子茶を飲むのもいいそうです。手洗い・うがいをし、美味しく食べて、風邪予防をしていきましょう!

炊込み御飯

食欲の秋! 11月の炊込み御飯は、きのこの炊き込み御飯でした。きのこの他にもお野菜も入っており、香りも良く、皆様から「美味しいわ」と好評でした。

焼き芋

焼きたて
ほやほやだよ!

沢山食べて
下さいね!



きのこの炊込み
御飯です!



美味しく頂きました!



皆様へお知らせ

お世話になっております。今月(11月)の請求書の中に、大事なお知らせが入っております。利用料金の引き落とし日と、取り扱いの金融機関についてです。今一度、請求書の中のご確認をお願い致します。また、ご不明点については、センターまでお問い合わせください。