



# オーリーブの木便り 12月号

## 忘年会レク

日時： 12月28日（木） 12時集合

場所： ルネッサンスリゾート鳴門



阿波郷土料理 『彩』 阿波三昧

☆去年と同じ和食バイキングです♪♪

参加費： 1000円

※切り： 12月22日（金）



今年も残り1ヶ月になりましたね。

皆さんにとって今年はどうな一年でしたか??

来年はどんな年になるでしょうか。

1日1日を大切に過ごしたいですね(^\_-)-☆

さて、今年も皆さんお楽しみの忘年会をすることになりました。

大勢の参加をお待ちしています♪♪

ふるってご参加ください☆

皆さん、今年も一年お疲れ様でした。

\*\*\*オーリーブの木 閉所日のお知らせ\*\*\*

12月31日（日）～1月3日（水）

24時間電話対応は可能です。





2017



行事予定




日	月	火	水	木	金	土
★は予約が必要です お問い合わせ 088-685-5524					1	2
3 閉所日	4	5	6	7	8	9
10 閉所日	11	12	13	14	15	16 ★パソコン教室 フットサル ボードゲーム
17 閉所日	18	19	20 ソフトバレー 練習	21	22	23 天皇誕生日
24 閉所日	25	26	27	28 ★ 忘年会	29	30
31 閉所日						

～～お掃除のコツ～～



大掃除の重要なコツは、まず【物を捨てる】こと、そして【上から下】【奥から手前】の掃除の順番を守ることです。きちんと順番を守って掃除することで、家中のホコリや汚れを効率よく掃き出し、汚れを取り除くことができます。床や棚のホコリやゴミは目に付きやすいですが、拭き掃除をしたあとに新たな汚れが付着しないよう、順序に沿って掃除をしましょう。また、大掃除を成功させるにはモチベーションの維持も非常に重要です。一日に詰め込み過ぎたり、すべての箇所を完璧にきれいにしようとするので疲れてしまい、続かないばかりかストレスも溜まります。可能であれば数日に分けて行い、無理のない計画を立てましょう。ビフォー・アフターが目に見えてわかるキッチンや水回りの掃除を先にすると、気分も上がりモチベーションアップになりますよ！



発行者：地域活動支援センター オリーブの木

〒772-0011 徳島県鳴門市撫養町大桑島字北の浜 53

TEL (088) 685-5524・FAX (088) 685-5497

