



Modalità
ABITARE

2022

2

「新アビターレスタイル」
安心宣言

感染しない予防と
悪化しない体力づくり

- 乗車前に検温を行い体調管理します。
- マスク着用を徹底します。
- 手洗い・手指消毒を徹底します。
- 館内の換気・消毒を行います。
- ソーシャルディスタンスを確保します。
- バランスの取れた食事を提供します。

月

Smile Message

白川郷の萩町地区は伝統と人々の生活が息づく合掌造りの集落で知られ、「人類の歴史上重要な時代を例証する形式の建造物」として、世界文化遺産に登録されました。毎年1月・2月頃の週末にはライトアップが行われ、ロマンチックな雰囲気包み込まれます♡

火

1 梅花の如月
先勝・四緑木星

- エコクラフト
- 秋鷗先生の一曰一書

ご昼食 枝垂梅
如月お造り御膳

- 藤細工
- 筆絵会
- 書道教室
- ニッキーの音楽倶楽部
- 山形プロのビリヤード講座

水

2 夫婦の日
友引・五黄土星

- 手芸教室
- 編み物教室
- エコクラフト

ご昼食 あつ・アツ!
寄せ鍋御膳

- 華道
- 陶芸
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラワーアレンジメント

木

3 節分
先負・六白金星

- 陶芸教室
- ドーナツ倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 恵方は北北西 福は内 鬼は外
節分焼物八寸御膳

- スタンドグラス
- 英会話
- 絵画教室
- エコクラフト
- ロッキー&鈴子先生の音楽院
- ウクレレ

金

4 フレンズデー
仏滅・七赤金星

- 陶芸
- 手芸
- パソコン教室
- 指ヨガ

ご昼食 絆を紡いで
美彩井御膳

- 書道
- パソコン教室
- 山形プロのビリヤード講座
- ニッキーの音楽倶楽部
- DJトニーのステップ講座
- 編み物
- 指ヨガ

土

5 笑顔の日
大安・八白土星

- ちぎり絵
- パソコン教室

ご昼食 美味しい(へへ)
修ちゃんカレー

- 陶芸
- パソコン教室
- 卓球教室
- 民謡教室

7 ふるさとの日
先勝・一白水星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 風土がもてなす
愛・北海丼

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室
- 指ヨガ

8 つばきの日
友引・二黒土星

- エコクラフト
- 秋鷗先生の一曰一書

ご昼食 牛肉とつば鯛
紅白椿御膳

- 書道教室
- 市丸ダンススクール
- 歌声喫茶
- 山形プロのビリヤード講座
- ソフト粘土

9 福の日
先負・三碧木星

- エコクラフト
- 手芸教室
- 編み物教室

ご昼食 溢れる肉汁
ハンバーグステーキ

- 華道
- 陶芸
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 中国気功体操

10 ふとんの日
仏滅・四緑木星

- 陶芸教室
- ドーナツ倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 あったか!
すき焼き御膳

- ウクレレ
- エコクラフト
- 絵画
- ミニシアター

11 建国記念の日
大安・五黄土星

- 陶芸
- 手芸
- パソコン教室
- 指ヨガ

ご昼食 定番の美味しさ
寒鰯の味噌煮

- 書道教室
- パソコン教室
- ピアノ教室
- ジャズダンス教室
- 編み物
- 指ヨガ

12 ダーウィンの日
赤口・六白金星

- ちぎり絵
- パソコン教室



ピアノ教室

第2・4金曜日午後開催

指は第二の脳と言われています。ピアノを弾くためには全ての指を使います。それぞれの異なる動きを同時に行うことにより、自然と脳の広い範囲が刺激を受け活性化されるなんて最高ですね。ピアノの音色でリラックスもでき心身の健康にもつながります♪

2/12
Sat.

Happy
Valentine's Day

色々な楽しみ方があるバレンタイン!! ハートフルな催しと、自慢の洋食。
愛いっぱい、元気いっぱい、お腹いっぱいの素敵な一日をお楽しみください。

須山 恭一

神奈川県鎌倉市出身。東京時代にはサザンオールスターズの武道館ライブや、上田正樹のコンサートで演奏し、7年間「矢沢永吉」の専属バックバンドを務める。

クミコカール

全ての聴衆を包み込んでしまう唯一無二の声質と、自由自在に操るピアノ、愛に満ちたMCで、全国各地から呼び声が高い。

金野 俊秀

エレクトリックベースとコントラバスの両方を扱うマルチプレイヤーとして、ジャズ、フュージョン、ファンク、ラテン、ロック、ポップス等、幅広いシーンでの演奏活動を続け、全道各地で年間300本以上のステージをこなす。

HAPPY JAZZ HOUR

2月27日[日] 世界の名曲とともに、雪解けを待ちわびて。

演奏予定曲目

♪アルマズ ♪ケアレスウィスパー ♪ウィズアウトユー ♪シクラメンのかほり ♪スタンドバイミー
♪川の流れるように ♪夜霧のしのび逢い ♪哀愁のカサブランカ ♪ひまわり ♪太陽がいっぱい ♪シバの女王

日

月

火

水

木

金

土

ともに働く仲間を募集

- シニア・子育て世代の方大歓迎。
- 食事準備やお掃除など、介護補助のお仕事です。
- 週1回や1時間など、ご希望の勤務が可能

お気軽に
お問い合わせください



14

聖バレンタインデー
友引・八白土星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

すべての人に愛を!
牛ステーキ御膳

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室 ○指ヨガ

15

春一番の日
先負・九紫火星

- エコクラフト
- 秋鷗先生の一曰一書

「鯛」の季節
早春御膳

- 藤細工
- 書道教室
- 筆絵会
- 山形プロのビリヤード講座
- ニッキーの音楽倶楽部

16

寒天の日
仏滅・一白水星

- エコクラフト
- 手芸教室
- 編み物教室

春の色と光を待ちわびて
春彩ちらし

- フラワーアレンジメント
- 華道 ○陶芸
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 新リラックスヨガ

17

切干大根の日
大安・二黒土星

- 陶芸教室
- ドーナツ倶楽部
- 手芸教室

春を呼ぶ「鯛」
山菜満喫御膳

- ステンドグラス
- 英会話 ○絵画教室
- エコクラフト
- ロッキー先生の音楽院
- ウクレレ

18

方言の日
赤口・三碧木星

- 陶芸 ○手芸
- パソコン教室
- 指ヨガ

甘海老と蟹が旬
北海味覚御膳

- 書道 ○パソコン教室
- 山形プロのビリヤード講座
- ニッキーの音楽倶楽部
- DJトニーのステップ講座
- 編み物 ○指ヨガ

19

プロレスの日
先勝・四緑木星

- ちぎり絵
- パソコン教室

寒さに勝つ
牛肉鉄板焼

- 陶芸教室
- パソコン教室
- 卓球教室
- 民謡教室

特別食について

下記マークのメニュー(特別食)は、特別料金となります。

- 特別料金 1,020円
- 特別料金 1,380円
- 特別料金 1,530円
- 特別料金 2,550円

21

漱石の日
先負・六白金星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

ダシ香る寒ざらし蕎麦
こころ御膳

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室 ○指ヨガ

22

おでんの日
仏滅・七赤金星

- エコクラフト
- 秋鷗先生の一曰一書

味のしみた
おでん鍋

- 歌声喫茶
- 市丸ダンススクール
- 書道教室
- 山形プロのビリヤード講座
- ソフト粘土

23

天皇誕生日
大安・八白土星

- エコクラフト
- 手芸教室
- 編み物教室

日本の技・天婦羅
味覚満喫御膳

- 華道教室
- 陶芸
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 中国気功体操

24

月光仮面の日
赤口・九紫火星

- 陶芸教室
- ドーナツ倶楽部
- 手芸教室

料理の味方「シェフ」
ミックスフライ

- ウクレレ
- エコクラフト
- 絵画
- ハワイアンフラ

25

夕刊紙の日
先勝・一白水星

- 陶芸 ○手芸
- パソコン教室
- 指ヨガ

口こみNO.1
ザ・オムライス

- 書道 ○パソコン教室
- 山形プロのビリヤード講座
- ピアノ教室
- ジャズダンス教室
- 編み物 ○指ヨガ

26

ナポレオン脱出の日
友引・二黒土星

- ちぎり絵
- パソコン教室

パリの家庭料理 魚介のムニエル
美食御膳

- 陶芸
- パソコン教室
- 卓球教室
- カラオケ友の会

27

冬の恋人の日
先負・三碧木星

- ハーモニカ倶楽部
- 書道
- 手芸



28

織部の日
仏滅・四緑木星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

器もごちそう
銀鱈四季御膳

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室 ○指ヨガ



1月15日[土]
新春スポーツ
フェスティバル
&
初釜を開催。

年の初めから、とびきりの明るい笑顔あふれる楽しい一日となりました。



Let's Try!! レッツ・トライ!

雪道の歩き方

- 小さな歩幅
- 足の裏全体をつける
- 足元の一步先を見る!
- 急がず、焦らず

ポイント ※タイルや金属面があれば避ける
※極力、手に荷物は持たず、手ぶらで歩く
改めて意識をして、転ばないように歩きましょう



アビターレ COVID-19 新型コロナウイルス感染症 感染防止対策



- ご利用者様を守るための10の施策
- お迎え時の検温
- 館内換気の実施
- 消毒スプレーの設置
- 密集・密接対策の実施
- マスク・ゴーグルの使用
- 消毒清掃の実施
- 手洗い・消毒の実施
- バーテーションの設置
- 来館者の管理
- 皆さまを笑顔でお迎え