

令和7年1月

ゆとり～な通信

【発行】
とやま生活協同組合
とやま生協ゆとり～な
〒930-0921
富山市中間島2-27-6
☎076-492-4114

【12月の活動】

クリスマスメニュー

ボランティアさんの訪問



皆さんでお誕生日のお祝いを
させていただきました！！



1月のレクリエーション

- ・絵馬作り
- ・桃の花壁画作り
- ・2月カレンダー作り
- ・鬼の塗り絵

などを予定しております！！
お楽しみに！！



生協10の 基本ケア



12月31日忘年会を開催しました。
まずはリンゴジュースで乾杯！
一人、一人に今年楽しかったことや、来年の抱負を
言いながら、くじ引きをして最後は皆で「ふるさと」を
合唱しました。
2025年もよろしくお願いします。

ボランティア募集

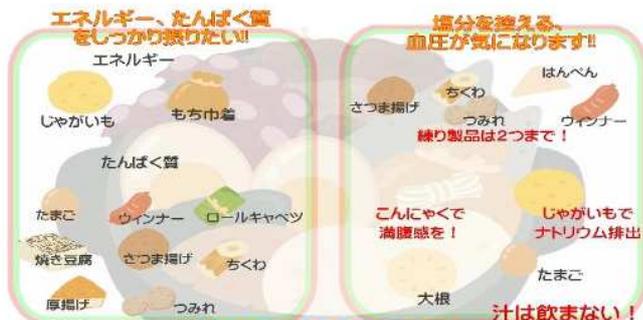
踊りや、マジックショー、演奏、寸劇を募集しています。
お気軽にお問い合わせください。

※利用者様のプライバシーに配慮し、写真を一部加工しています。

※写真撮影時のみ、マスクを外していただいています。

栄養こぼなし 寒い冬の日にはおでんはいかが？

雪が降り本格的な冬が到来となりました。そして、おでんがとも美味しい季節となりました。コンビニやスーパーにもおでんが並び、作らずともお手軽におでんを味わうことができます。おでんを食べて、冷えがちな身体と心の疲れを癒してみたいいかがでしょうか。



+1品でビタミン補給

旬のほうれん草や、小松菜、春菊の胡麻和えなど...
また、みかんやりんごなどのフルーツなど

今回のレシピ食材は...



加賀ちぢり揚には食べやすいお野菜も入っています！是非おでんに加えてみてはいかがでしょう！1月のリアンを要チェック！カタログでは1月3回に掲載予定です！