

★なでしこ最旬情報!!

2月に旬を迎える食べ物はたくさんありますが、スタッフが自信を持って皆様にお伝えする食べ物はこちら!!!



『ブロッコリー』



緑黄色野菜の王様ともいわれるブロッコリーには、多くの栄養素が含まれています。体調を崩しやすい2月はブロッコリーで乗り切りましょう!!

ビタミンC

…疲労回復、風邪予防、がん予防、老化防止等に効果があります。



葉酸

…DNAの合成や調整に関係し、正常な細胞の増殖を助ける働きがあります。



ビタミンE

豊富なミネラル



1 2 今日は何の日?

2月11日は『**建国記念の日**』で祝日です。この日は「**建国をしのび、国を愛する心を養う**」日とされ、1966年から国民の祝日となりました。



日本は本当に2月11日に出来たの??

元々2月11日は『**紀元節**』という名の祝日で、神武天皇が即位した日を日本が建国された日と祝っていました。



『紀元節』はどこにいったのか??

実は戦後、占領軍の意向により『**紀元節**』は祝日ではなくなりました。

しかし1951年頃から『**紀元節**』を復活させようとする動きが高まり、『**建国記念の日**』として、建国されたという事象そのものを記念する日として復活、現在に至ります。



ただ現在の歴史学によれば、神武天皇は歴史上の実在の人物ではなく、神話の上での人物とされる説が多くあり、日本が本当に建国されたのは2月11日なのかは疑問が残ります。



日本の本当の建国はいつ?

実際には諸説ありますが、日本の国としての成立は7世紀前後とは言われているものの、未解明なことが多く、明確な建国を示す記録も残っていないそうです…



●見学や体験は随時行っておりますので、どうぞお気軽にご連絡下さい。また、ご利用日の空き状況については下記をご参照ください。

空き状況 ○…空き有 △…ご相談ください

	月	火	水	木	金	土
デイ	△	△	△	△	△	△
入浴	△	△	△	△	△	△

松阪営業所 〒515-0075 三重県松阪市新町 810-1 FAX 0598-25-0016

● デイセンター リハビリプラザなでしこ
● まつさか整骨・鍼灸

TEL 0598-68-3743 山本
TEL 0598-25-0015 角谷

相談窓口：山本

