

# ゆうメール 12 2025

月	火	水	木	金	土	日
1 	2	3 パン販売	4	5	6 14：30閉所	7 
8	9	10 パン販売	11	12 	13 映画鑑賞会 14：30閉所	14
15 きいて・話そう タイム	16 	17 パン販売 14：30閉所	18	19	20 14：30閉所	21
22	23	24 パン販売	25 	26 誕生日会 & 大忘年会	27	28
29	30	31				

## プログラム実施時間

10:30～11:40 パン販売  
12:30～14:30 映画鑑賞会  
12:15～16:30 誕生日会&大忘年会  
15:30～16:25 きいて・話そうタイム

社会福祉法人つむぎ福祉会  
自立支援センターゆう  
〒577-0054 東大阪市高井田元町2-4-6  
TEL:06-6787-2008  
FAX:06-6787-2018

# 良い年末を迎えよう！

皆さん、2025年も残すところ1か月となりました。新年を気持ちよく向かうために、大掃除をする家が多いのではないのでしょうか。今回は掃除の簡単なポイントについて紹介します！

## 玄関の掃除

- 玄関の掃除のポイントは、「長く履いていない不要な靴は処分」「掃除機やほうきで大まかにゴミを取り除いたあとに、洗剤で拭き掃除する」ことです。
- 洗剤にもいろいろな種類がありますが、重曹を使う場合は「重曹をバケツに30gほど入れて、ぬるま湯で溶かしてから拭き掃除をする」と良いでしょう。

## 床の掃除

- フローリングの場合は、ドライシートでフローリングを拭いてホコリや髪の毛を取りましょう。
- 次に掃除機でフローリングの細かいゴミを吸い取る。
- 雑巾で水拭き、またはウェットシートでベタつきを拭き取ったら、水分が残らないように乾拭きする。
- 中性洗剤を使用した場合はしっかり拭き取る。

引用元：くらしのマーケットマガジンホームページ

# 12月クイズ

Q1.

年末に大掃除をするのはある歴史的な理由があります。それは为什么呢？

- ① 悪い空気を新年に連れて行かないため
- ② お正月の神様を失礼のないようにお出迎えするため
- ③ 国が「年末は大掃除を行うこと」と定めたため

Q2.

冬から春にかけて旬を迎える野菜の「キャベツ」。キャベツに入っている特徴的な栄養は为什么呢？

- ① カルシウム
- ② ポカリスエット
- ③ ビタミンU

Q3.

凍った雪の道で転ばないために何歩きで歩くといい？

- ① ネコ歩き
- ② アヒル歩き
- ③ ペンギン歩き



(答え)

Q1. ③ Q2. ③  
Q3. ③

年末に大掃除をする文化は、平安時代から続いている。新年にはお正月の神様である「歳神様」が来るので、神様をお迎えするにあたって失礼のないように家をきれいに準備しておくといった文化が今も残っている。