

# あまぬまびより

一年で最も寒い頃をあらわす「大寒」。大寒は二十四節気の最終節で、年間を通して寒さが一番厳しい季節だそうです。一年の最低気温もこの時期に記録されることが多く、2026年の大寒（だいかん）は、1月20日から2月3日となります。感染症や体調不良者の報告を多く耳にしますが、体調管理に努め、ケアパーク茅ヶ崎通所リハビリにて身体を動かし、寒い冬を乗り切りましょう！！

利用者様が書かれた文字に勢いやお力を頂きました。  
作品は全て館内に掲示しております！

