



## 新年祝賀会

1月8日(水)に、「新年祝賀会」が行われました。利用者様一同に白鳥園交流ホームにお集まりいただき、新年にちなんだゲームを行いました。

まずは職員による「二人羽織」です。二組で競って行いました。シュークリーム、ナポリタンを遠慮なく口に運んでもらった職員は顔いっぱいクリームやソースまみれになり、どちらも甲乙つけがたい面白さで、利用者様の歓声と笑い声で会場が沸きました。

続いての「福笑い」では利用者様も参加され、目隠しをした職員が、利用者様のいたずらも込めた指示を受けながら、おたふくの顔に目や口を貼っていき、二組ともなんと愉らかな表情の福顔が完成しました。

ゲームを楽しまれた後、会場に「獅子舞」が登場。一年の無病息災を願って利用者様の間を舞いながら一人一人の頭を噛んで回りました。緊張した表情で獅子を迎える方や、手を伸ばして触れて下さる方等それぞれに新年の雰囲気を楽しまれました。

昼食は「豆乳鍋」を皆様で頂き、普段とは違う味に「美味しい」という声も多く聞かれ、たくさん召し上がられました。新年の行事はこれで終わりましたが、今年もいろんなイベントを通じ、利用者様と楽しく過ごしていきたいと思っております。

## 旬の食材メニュー

### 1月メニュー (1月1日)

- ◇貝柱御飯
- ◇若鶏三色巻
- ◇金目鯛の柚子香焼き
- ◇煮物
- ◇正月三種盛り
- ◇味噌汁
- ◇生菓子
- ◇祝酒



※1月の四季のメニューは、おせち料理でした。

### 3月メニュー (3月4日)

- ◇菜の花ごはん
- ◇鯖の揚げ出し
- ◇鶏肉の三色巻き
- ◇炊き合わせ
- ◇味噌汁
- ◇いちご

※3月の四季のメニューのメインは、菜の花・鯖です。

# 3月度 月間予定

○3月度行事（お出かけ交流会）・・・	13日
○理学療法士来園	・・・ 4日、11日、18日、25日
○音楽療法士来園	・・・ 4日、11日、18日、25日
○フレッシュデー	・・・ 6日、13日、20日、27日
○施設内喫茶	・・・ 2日、4日、9日、11日 16日、18日、23日、25日、30日



## とんど焼き



1月11日に地域の方々が作られた立派なとんどが河川敷に完成しました。とんど焼きは、お正月に飾った門松や松飾りなどを焼いて歳神様を空へ送り出すという意味や、とんどに行く事で学業成就のご利益があったり、とんどで焼いた餅を食べる事で無病息災を願うといった様々な意味のある重要なお正月行事だと言われています。

昨年、利用者の皆様が書道クラブで書かれた作品を字の上達を願い職員が代表し燃やしに行ってきました。勢いよく燃えるとんどはとても迫力がありました。

## インフルエンザにご注意ください!!

例年1月～2月に流行のピークを迎えるインフルエンザ。冬の代表的な感染症です。インフルエンザは感染すると2～3日の潜伏期間を経て発熱・寒気・頭痛などの初期症状が出ます。その後、鼻や喉の局所的な風邪症状に加え、急な高熱・関節痛・筋肉痛や強い倦怠感など全身に症状が現れます。38℃以上の高熱が出た場合はインフルエンザを疑い早めに受診しましょう。潜伏期間や解熱後2日以内も感染を広める可能性があるため十分注意が必要です。慢性の呼吸器疾患や心疾患など持病がある人や妊婦・高齢者・乳幼児は重症化しやすいため人混みを避け、疲れをためない様特に気を付けましょう。インフルエンザ予防の第一歩は、ウィルスに感染しない事。基本は**マスク着用**と**外出後の手洗い・うがい**を正しく行うことです。また、ウィルスは乾燥を好むので室内の湿度(50～60%)を加湿器などで適切に保つようにしましょう。それに加えてウィルスに負けない抵抗力の高い体をつくる**生活習慣が重要**です。十分な休息・睡眠をとり、適度な運動やビタミン・ミネラルなどの栄養バランスのよい食事で抵抗力を高め、ストレスや過労を避けて免疫力を低下させないよう心がけましょう。



ケース担当よりの近況報告（利用者氏名: \_\_\_\_\_ 様）

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

担 当 : \_\_\_\_\_