

暦の上では春ですがまだまだ寒い日が続いています。

一段と冬の寒さが増し、心身共に凍える2月ですが、春の息吹も感じられる季節となっています。木々の芽は春に向けてふくらみはじめます。皆さんは2月といえば何を連想しますか？今回は事柄・行事など、いくつか紹介したいと思います。

節分(2月3日)

季節の分かれ目を意味する言葉ですが、節分には豆まきという風習があり邪気や厄災を追い払うために行う行事です。厄災を鬼にたとえて「鬼は外」と豆をまきます。

この他にも節分にはその年の吉方に向けて太巻きを食べる「恵方巻」という風習は大阪の船橋の商人の間で行われていた商人繁盛を願う風習が広まったそうです。

猫の日(2月22日)

猫の鳴き声「にゃんにゃんにゃん」の語呂合わせ。全国の愛猫家からの公募で猫の日

立春を過ぎる頃から次第に暖かさと春を感じられるようになります。早い場所では梅の花が咲き始めますし、杉の花粉が飛び始めるのも2月です。また、インフルエンザも流行していますので、石鹸を使っての手洗い、うがい、咳が出ている人はマスク着用して予防に努めましょう。

デイサービスでも室内の環境(換気・加湿)利用者様の健康観察を十分に行いたいと思います。



針供養(2月8日)

関東中心とした地域において針供養の日です。江戸時代初期から始まり、折れたり曲がったり錆びたりすることで使えなくなった縫い針を神社やお寺に納め、針を供養し裁縫の上達を祈る行事です。これまで硬い生地にも何度も糸を通してきた針に、最後は柔らかいところで休んで成仏してほしいというねぎらいの意味を含め、折れた針を集めて豆腐やこんにやくに刺すなど、地方によっては川や海に流していました。家庭での針仕事が減った現在では、一般では行われなくなったそうです。

インフルエンザ対策は〇〇で！

先日TVの健康番組で、ある飲み物でインフルエンザウイルスを無力化する実験をしたところ、なんと**99.96%**のウイルスが減少したそうです。

その飲み物とは…**紅茶**！！

紅茶に含まれる「紅茶ポリフェノール」がインフルエンザウイルスを無力化するらしいです。また、温かい紅茶のほうが、より効果が高いということも分かっているそうです。ただ、ミルクティーにしてしまうと、せっかくの紅茶にポリフェノールがミルクタンパク取り込まれてしまうために、ウイルス対策として機能しなくなってしまうので、最も効果的な飲み方は、温かいストレートティーだそうです。

皆様、是非お試し下さい！



空き情報

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 利用 | △ | ○ | × | △ | ○ | ○ |
| 入浴 | △ | ○ | × | △ | ○ | ○ |

2月のデイサービスの予定

折り紙→7(木)・8(金) 歌の会→1(金)・14(木)

書道→9(土)・28(木) バイオリン→2(土)

読み聞かせ→25(月)

デイサービスのご様子

1月19日 **餅つき大会** を行いました。利用者様にお餅をついてもらう為に、準備体操をして身体を慣らし、次は、口腔体操でお餅を食べやすい様に……。その間に、もち米も蒸され、さあ、本番！！順番に利用者様(ほぼ全員つかれる)にお餅をついてもらいました。(後方には、スタッフ介助)「ヨイショ！」「ヨイショ！」と、利用者様とスタッフの掛け声と共に杵を何回も持ち上げ、いい感じにお餅が出来上がりました。その後は、お餅にあんこ・大根おろし・ゴマをかけ、好きなお餅を食べて頂きました。利用者様は、「美味しい、美味しい」と3種類食べる方や、お気に入りをお代わりするなど、とても満足そうなお様子でした。やっぱり、つきたてのお餅は、格別美味しいですね。



元気良く、準備体操



あんこ・大根おろし・ゴマ3全種類
大人気、！！！！
何がお好みですか？



杵は重いけど、頑張って持ち上げてね。
これで、美味しいお餅の出来上がり。



テーブルホッケー



昼食後、分担して、お手伝い。
ありがとうございます。



久しぶりのDAM体操



ほっと・ハウス・豊玉デイサービス

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北5-8-19

TEL:03-5946-4310 FAX:03-5946-4311

HP<http://www.hotspace.co.jp> E-mail house@hotspace.co.jp