

うさぎの丘通信 No.2



第二弾

寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになったこの頃。

今年は例年より早く梅の便りが聞こえてきました。

うさぎの丘にある桃の花の蕾もふくらみ始め、開花の日を待ちわびています。

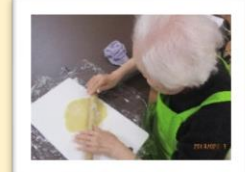


ばんべい ゆ
晩白柚でゼリー作り！

最大級の柑橘「晩白柚」
皮が厚くて利用者様もびっくり！果肉をたっぷり使ったゼリーはさっぱりして美味しいと大好評でした。



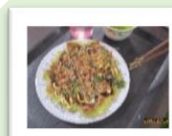
ハッピーバレンタイン



バレンタインデーには、クッキー作りをしました。おやつ時間に味見をして、上手に焼けたものを選んでラッピングし、家族様へのプレゼントに♡

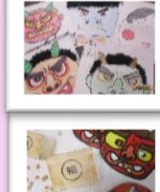
お好み焼きを作ろう

利用者様の希望で二度目のお好み焼き作り！前回よりも手際よく進み、美味しいお好み焼きが出来上がりました。第三弾もあるかな！？



「鬼は外！ 福は内！」

節分にちなんだ豆まきを行いました。職員が書いた鬼の的に向かって「鬼は外！福は内！」と大きな掛け声とともに豆をまき、邪気を払います。お箸で豆をつかんで隣のお皿へ移す、豆つかみゲームも盛り上がりしました。春とともに皆様にたくさんの福が訪れますように・・・。



花粉の季節が到来しました！

全国的に例年より多い花粉の飛散量と予想されており、去年の3倍近くになる地域もあるそうです。その原因とは…??

去年は「観測史上最も暑い夏」されるほど、気温が高く、また、日照時間も長かったため、スギ・ヒノキの成長が捗ってしまいました。つまり、花粉の発生源となる雄花の生育が活発になってしまい、その量も膨大なものになってしまったのです。

今まで花粉症と関係なかった人でも、ある年から急に症状が出ることもあるので注意が必要です。花粉症にならないために、不必要な外出は出来るだけ控え、規則正しい生活をして免疫力を高めておきましょう。

<こんな日は要注意！>

- ・晴れて気温が高い日
- ・風が強く空気が乾燥している日
- ・雨上がりの翌日が晴れの日

<花粉症対策>

- ・マスクや帽子、メガネの活用
- ・すべすべした素材の衣服を着用する
- ・帰宅時は衣服や髪をよく払って入室する
- ・帰宅後、すぐにうがいや洗顔をする
- ・洗濯物は室内干しや乾燥機を使用
- ・こまめに掃除をし、空気清浄機を活用する

