

## 《 2月の誕生者 》

- ・青木元子さん
- ・遠藤正さん
- ・中善寺節子さん
- ・東田マサ子さん
- ・富士田きみさん
- ・本林チイさん
- ・山本信さん

～ 誕生日おめでとございます ～



## 《 2月の予定 》

- ・体重測定 月初め
- ・誕生会 随時
- ・避難訓練 12日(火) 火災想定
- ・節分(豆まき) 2日(土)  
1・3日は節分にちなんだ  
“恵方巻きゲーム”を行います。



## 《 寄贈 》

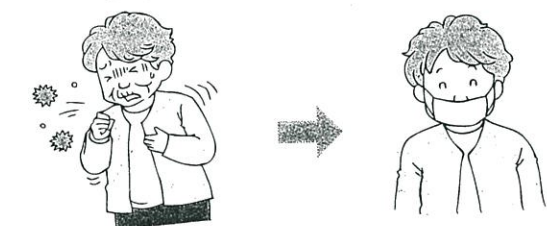
- ・橋本町 鈴木様 パット
  - ・二見町 阿部様 洗剤
- ～ ありがとうございました ～

## 体調管理に気をつけましょう

冬は特に体調を崩しやすい季節です。インフルエンザやノロウイルス等の感染症も流行する季節です。体調管理に気を付けて気持ちよく過ごしましょう。

### ◎手洗いをしましょう

手は、感染症の原因になる細菌が付着しやすい部分です。食事前や外出した後は、きちんと手を洗いましょう。(石鹸を利用し、指先や指の付け根なども忘れずに洗いましょう。)

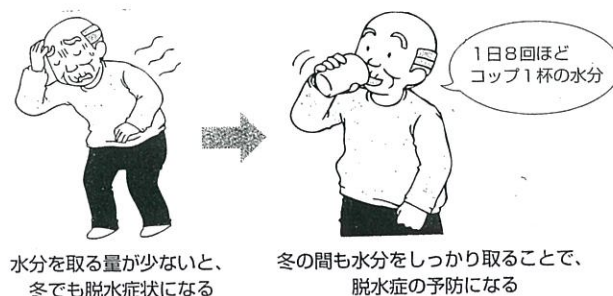


のどが乾燥すると粘膜が傷つき、細菌が体の中に入りやすくなる

マスクを着用することで、のどの乾燥を防ぎ、風邪の予防になる

### ◎マスクを着用しましょう

のどが乾燥すると、のどの粘膜が傷付きやすくなり、そこから細菌が体内に入りやすくなります。また、咳やくしゃみで細菌が飛び散る飛沫感染の予防にもなります。

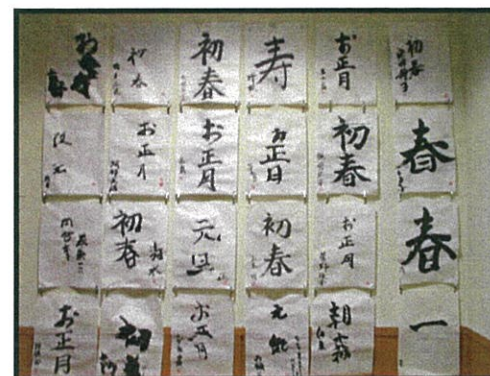


### ◎水分をしっかり取りましょう

冬は夏よりも喉が渇きにくく、寒いとトイレが近くなるため、水分を取る量が少なくなりがちです。水分摂取量が少ないと冬でも脱水症状になるため、意識してしっかり水分を取りましょう。

## 書き初め

書き初めとは、新年になって初めて毛筆で字を書く日です。書いたものを小正月に行われる「どんと祭」で燃やし、炎が高く上がると書が上達するといわれています。しゃりん梅でも新しい年を迎え、事始めとして書き初めをしました。皆さん上手に楽しみながら筆を運ばれていました。作品はホールに展示し見て頂きました。



力作揃い!!



楽しく、祝い膳をいただきました

## 聖愛こども園さんが遊びにきてくれました

歌をうたったり、子供たちが持ってきてくれた昔ながらのゲームやカルタ取りなどを一緒に行いました。園児の皆さんとふれあい楽しい時間を過ごされました。



## 一年の始まり

一年の始まりに年神様をお迎えし、おせち料理でもてなす風習をしゃりん梅でも新年最初の日に行いました。赤飯や煮しめ・雑煮風汁など色とりどりのお膳でした。