

## 豆まき



利用者の方が作製した鬼のお面



2月4日に1日遅れとなりましたが豆まきをしました。

利用者の江口さん・福留さん・安井さん・吉田さんが鬼になり、ホールへ登場！！すると掛け声とともに、みなさん持っていた豆を鬼をめぐりながら一斉に投げました。鬼になられた4人の利用者の方も痛みをこらえながら逃げ回り、最後まで鬼になりきっていただきました。

豆は、自分の年齢より1つ多く食べると体が丈夫になり、風邪をひかないといわれています。中には豆をまく前から口の中に入れていた方もおられました…(^\_^;)その後、あたたかい甘酒を飲み、今年もとても楽しい豆まきとなりました。

これで1年の厄払いはパッチリです☆



鬼登場！！「鬼は外～！福は内～！」  
一斉に豆を投げています。



鬼役を務めてくれたみなさん。  
お疲れ様でした。



昼食は調理員さんが巻いた恵方巻きでした。  
今年の恵方は西南西です。喋らずに丸かぶりにはできませんでしたが、とてもおいしそうに食べられていました。



## ～あったか献立～

2月20日の昼食は“あったか献立”としてちゃんこ鍋に決定！！立春を迎え、暦の上では春ですが雪が降る日もあり寒い日が続いています。今回は具だくさんで栄養満点のちゃんこ鍋を食べて温まり、まだまだ続く寒い日を元気に過ごしていただきたいと思います。

この日はみなさんたくさんおかわりをされ、いつも以上に召し上がっていらっしゃいました。

寒い日はお鍋にかぎりますね(\*\_\*\*)



チョコレートケーキのイラストが飾られた枠の中

### ハッピーバレンタイン♡

2月14日はバレンタインです。近年では女性が自分のために買うご褒美チョコというのがよく売れているとのことですが、シャインでは14日のティータイムにチョコレートケーキを提供しました。本命!チョコとまではいきませんが、みなさんおいしそうに食べてくださいました。少しでもバレンタインの気分を味わっていただけたのではないかと思います。

でもやっぱり本命チョコが欲しいかな…??

作品展のお知らせ

3月14日・15日に、イオン明石ショッピングモールにて兵庫県身体障害者支援施設合同作品展が開催されます。

シャインの方々の作品はもちろん県内施設の利用者の方の作品など多数展示されますので、お時間のある方はぜひお越しください。

### 利用者紹介

1月30日付で美作市より岩江秀康さんが入所されました。

よろしく申し上げます。

### おねがい

当施設では利用者の皆さんの健康と安全に十分配慮した食事・おやつを提供しておりますので、食べ物の持ち込みはご遠慮願います。

また、施設へのお心遣いもご遠慮させていただいておりますのでご理解のほど重ねてお願い申し上げます。

## 花粉症について ～医務室より～

インフルエンザとノロウイルスが落ち着いたと思ったらやってくるのが花粉です。2月の中旬になるとニュースでも花粉情報が流れたり、本格的に花粉の飛ぶ季節になりました。

### 対策としては…

- ・外出する時はマスクやめがねを着用する。
  - ・帰宅時は衣服についた花粉を落としてから入る。
  - ・布団や洗濯物は室内に干し、日中はなるべく窓を開けないようにする。
  - ・部屋は適度な湿度を保ち、こまめな拭き掃除をするなど、まずは花粉を家の中に入れないことが一番です。
- 花粉が飛び始める前から薬を飲んだり、手洗いやうがいを  
して症状の重度化を防ぎましょう。
- 花粉と一緒に飛んでくる黄砂やPM2.5にも注意しましょう！

3月の予定

4日	ひな祭り行事
10日	訪問理美容
12日	喫茶シャイン
14日	喫茶あえ～
17日	買い物外出
18日	定期受診
24日	買い物外出

14日～15日  
兵庫県身体障害者支援施設  
合同作品展

19日  
夜間帯を想定した  
避難訓練