

1階ユニット けやき誕生日会



令和3年2月25日、けやきユニットで1～3月生まれの誕生日会を行いました。栄養課手作りのジャンボプリンに、ユニット職員が盛り付けを行いお祝いしました。



1階ユニット さくら誕生日会



3月3日、さくらユニットで1～3月生まれの誕生日会を開催しました。職員手作りの、パンナコッタでお祝いしました。

新型コロナウイルス感染対策としての
春庵での新しい取り組みについて

春庵では現在感染症対策として、1階の交流スペースにてシールド越しに、5分間だけ（週2回まで）面会していただいています。以前の様に自由な面会が出来ない為、ご家族にご利用者の笑顔と安心をお届けしたいと思い、日頃の様子を写真に撮り、葉書で送っています。

色々なイベントも、全体での開催からユニット毎の開催へ変更し、新しい生活様式を楽しんでいただけるように、今後も取り組んでいきたいと思っております。



介護課 夜勤アルバイト 新人紹介



平成10年生まれの22歳です。身体を動かすことが好きで、大学では唐津の松浦川でボート競技をしています。春庵での仕事はまだまだ慣れないことも多いですが、少しずつ勉強していきたいと思っております。これからたくさん努力をしていきますので、よろしくお願いいたします。

※南里さんは3月末で卒業されます。お疲れ様でした。

南里 ともみ (なんり ともみ) さん



11月より、1階ユニットで夜勤アルバイトをしています。佐賀大学医学部看護学科2年の米森麻耶です。人と話をしている時間が大好きです。コロナでマスクをつけているため、表情が分かりにくいですが、笑うことを意識して生活しています。1つ1つの仕事を覚えて、利用者様との関わりを大切にしていきたいと考えております。宜しくお願いします。

米森 麻耶 (よねもり まや) さん

日本人と花粉症

花粉症の症状がある人は、29.8%で4人に1人が花粉症だと言えます。
(全国でのアレルギー検査によるもの)
3月がピークで、5月連休明けまで続く人もいます。(日本は、杉41%・檜29%)

●日常生活で注意する事！

◎腸内環境の改善！

腸には、免疫細胞の約6割が集中し、病原体から体を守っています。

☆腸内環境の改善を図る為には、水溶性食物繊維を摂ることが効果的です。

(人参・大根・玉葱・トマト・キャベツ・ほうれん草・ジャガイモ・里芋・長いも・果物)

※リンゴは、口腔アレルギーを発症する人もいるので、注意しましょう！

◎睡眠不足も免疫機能を弱らせます！

◎口呼吸にも注意しましょう

花粉症で鼻づまりがあると、口呼吸になりがちで、喘息の方は、喘息が悪化することがあります。

●今からできる花粉症対策！

花粉が多く飛ぶ時期の外出時は、マスク・花粉用メガネ・つばが広い帽子でガード！
(花粉は髪の毛に多く付着します)

1. 帰宅後は洗顔・うがいをしましょう！
2. 室内を掃除しましょう！
こまめに掃除することで、花粉は確実に減ります。
3. 空気清浄機を設置、使用しましょう！
設置場所で効果が大きく変わります。
最も最適な場所は、寝室の枕元です。
4. 部屋の換気は、早朝と夜に行いましょう！
花粉飛散のピークは、12時と17時です！
5. トイレマットをこまめに洗いましょう！



2月11日 建国記念の日

- ・ひじきご飯 ・茶碗蒸し
- ・刺身(ぶり、かじき) ・かぼちゃ小倉煮
- ・ブロッコリー酢味噌和え



2月14日 バレンタインデー

- ・バターライス
- ・コンソメスープ
- ・照り焼きハンバーグ
- ・キャベツサラダ
- ・野菜ジュース



おやつ
チョコレート
フレンチトースト



2月23日 天皇誕生日

- ・赤飯 ・すまし汁 ・刺身(ぶり、サーモン)
- ・えび中華炒め ・フルーツカクテル

