

美浜いきいきデイだより 令和6年2月号

「鬼は外！」「福は内！」もうすぐ節分ですね！！暦のうえでは「春」になりますが…
いよいよ冬本番です。空気も乾燥していますので、体調管理に留意して生活しましょう。
今回のお便りでは新年会の様子と新しい看護師さんをご紹介します♪

～職員紹介～皆様よろしくお願いします！①氏名 ②趣味 ③一言



① 生田 宜子
② 映画鑑賞
③ 元気な毎日を過ご
して頂けるよう支援さ
せていただきます。



①岩崎 敦子
②ヨガ、散歩
③ヨガも教えています。
一緒に楽しくリハビリ
しましょう！

新年会の様子
紫扇会の皆様が
踊りを披露して
下さいました→



《お知らせ》

○感染対策について、①ご利用前検温②手指消毒③手洗い・うがいの推奨④換気⑤職員のマスクの着用など感染対策を継続しています。

○インフルエンザが流行しています。体調管理にご留意してください。また、予防接種を受けられた方は、デイサービス職員までお申し出ください。

《看護師から》 带状疱疹について

带状疱疹は皮膚の病気で、強い痛みと帯状の発疹が特徴で水ぼうそうと同じウイルスが原因で起こります。

特に50歳代から急激に増え、高齢になる程あとに神経痛が残る人が多くなります。

症状の現れやすい部位は「顔・頭部」耳や顔の発疹で顔面神経麻痺、味覚障害、難聴、視覚障害などの合併症が起こる事があります。「胸腹部」胸から脇腹、背中にかけて最も発症頻度が高い部位です。その他、おしりの発疹で排尿障害等が合併することがあります。

症状の経過①体のどちらか片側の特定の部分にチクチクするような痛みが起こる。②痛みがある部位に赤い発疹が現れる。③発疹が帯状に広がり水ぶくれが出来る。と進行していきます。

出来るだけ早期に治療を始めることが重要ですので、チクチクした痛みや発疹が出たら、速やかに皮膚科を受診するようにしましょう。

2月行事予定 15日(木)ギター演奏、26日(月)日本舞踊(和の会)

〈編集後記〉 我が家には今年9歳になる犬がいます。

(犬種はシーズーです) 甘えん坊ですがとても良い子で、私が帰宅すると門を開ける前から察知してソワソワしているんだそうです。

(私は見えませんが(笑)) 毎日とても癒される存在です♡

そこで! いきいきにも癒しの存在を是非加えられたらと思ひまして…
この度、お迎えすることが出来ました! お名前募集中!! 高見



いきいきプラザ献立表

2024年2月分

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 御飯 味噌汁 ホッケの幽庵焼き 野菜と豚肉炊き合わせ 果物 502 kcal 漬物 3.8 g	2 御飯 味噌汁 和風ハンバーグ マカロニサラダ 果物 663 kcal 漬物 4.5 g	3 赤飯 味噌汁 天ぷら盛り合わせ 小松菜とじゃこの和え物 果物 554 kcal 漬物 5 g
				豆寒天 20 kcal	杏仁豆腐 46 kcal
5 御飯 すまし汁 豚肉と野菜の味噌炒め 菜の花辛し和え 果物 512 kcal 漬物 3.5 g	6 御飯 味噌汁 メバルの煮付け 炊き合わせ 果物 501 kcal 漬物 4.6 g	7 味噌ラーメン しゅうまい 果物 516 kcal 漬物 4.1 g	8 御飯 味噌汁 鶏肉のもろみ焼き 野菜のトマト煮 果物 585 kcal 漬物 3.9 g	9 御飯 味噌汁 柳川風煮 ほうれん草の白和え 果物 549 kcal 漬物 3.8 g	10 御飯 すまし汁 カレイのごま味噌焼き モロヘイヤのおひたし 果物 521 kcal 漬物 4 g
チョコバナナ 89 kcal	もみじ饅頭 112 kcal	ストロベリーゼリー 59 kcal	ココアワッフル 83 kcal	プリン 81 kcal	カステラ 78 kcal
12 御飯 味噌汁 豚カツ ほうれん草とコーンのバター炒め 果物 565 kcal 漬物 3.9 g	13 御飯 中華スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ 果物 597 kcal 漬物 3.7 g	14 御飯 かき玉汁 豚肉の梅しそ焼き 大根のカニあんかけ 果物 541 kcal 漬物 3 g	15 御飯 味噌汁 赤魚の煮付け ひじきの煮物 果物 458 kcal 漬物 4.5 g	16 御飯 味噌汁 チキンの香草パン粉焼き おからサラダ 果物 661 kcal 漬物 3.6 g	17 ゆかり御飯 味噌汁 肉じゃが ブロッコリーの胡麻和え 果物 575 kcal 漬物 4.9 g
ピーチゼリー 51 kcal	プチケーキ 121 kcal	ババロアチョコ 107 kcal	あんみつ 93 kcal	サラダせんべい&鮎カステラ 62 kcal	マドレーヌ 134 kcal
19 御飯 味噌汁 白身魚のムニエル さつまいもの甘露煮 果物 643 kcal 漬物 4 g	20 御飯 すまし汁 揚げ出し豆腐 なすの味噌炒め 果物 606 kcal 漬物 3.7 g	21 御飯 味噌汁 鶏肉の有馬焼き 長いものポン酢和え 果物 567 kcal 漬物 3.5 g	22 御飯 味噌汁 豆腐五目煮 じゃがいも金平鶏そぼろ 果物 556 kcal 漬物 4.5 g	23 御飯 すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き風 切り干し白和え 果物 516 kcal 漬物 3.1 g	24 きつねうどん アジフライ 果物 541 kcal 漬物 4.9 g
フルーツ寒天 26 kcal	ようかん 119 kcal	どら焼き 112 kcal	抹茶ゼリー 76 kcal	牛乳ケーキ 67 kcal	豆乳ドーナツ 91 kcal
26 御飯 味噌汁 豚肉ケチャップ炒め 金平ごぼう 果物 528 kcal 漬物 4.2 g	27 御飯 味噌汁 鶏の唐揚げネギソース なめ茸おろし 果物 629 kcal 漬物 4.7 g	28 御飯 味噌汁 サバの赤味噌焼き オクラおかか和え 果物 592 kcal 漬物 4.1 g	29 カレーライス コンソメスープ サラダ 果物 562 kcal 漬物 4.8 g		
パームクーヘン 141 kcal	ババロアストロベリー 90 kcal	プチシュークリーム 122 kcal	オレンジゼリー 51 kcal		

※食材の仕入れ状況により、献立が変更になる場合があります。