



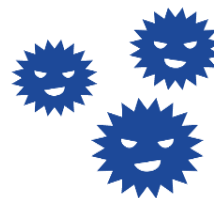
# 笑美の里デイサービス通信

ぽかぽかと暖かい日差しが差し込む日が多くなりました。送迎の道中では梅の花を目にする機会が増え、本格的な春の訪れを感じます。桜の開花も待ち遠しいですね。3月は学校の卒業式や、転勤、人事異動など生活に大きな変化のある月でもありますね。そんな季節の移り変わりをワイワイと笑美の里デイサービスで一緒に楽しみましょう！

## ●感染予防対策のお願い●

次項について引き続きご利用者様、ご家族皆様のご理解ご協力をお願い致します。

1. ご利用前日及び当日に発熱がある場合は利用を中止して下さい。
2. ご利用中、発熱等により体調不良の場合は受診をお願い致します。
3. 受診結果によっては利用を中止させて頂く場合がございます。
4. 送迎車中及び施設内ではマスクの着用をお願い致します。



## キャップつかみで運をつかむ！



手指には脳につながる神経が多く存在します。意識して動かすことで脳に多くの刺激が伝わり、脳の活動が活発になることが期待できます。キャップつかみでは楽しみながら手指を動かす為、効果が高そうですね。張り切りすぎて筋肉痛になりますけど(笑)

## ●入浴サービスについて●

現在、施設ボイラーの一部故障の為、入浴時の安定した温度が保てない状態になっております。修理完了までの間は個浴、機械浴のみでの入浴(人数制限あり)とさせて頂いております。修理完了は14日(月)を予定しております。ご不便ご迷惑をおかけし大変申し訳ございません。



## 雛人形を愛でる



## 楽しく作ろう！



雛人形の起源は古く千年以上の歴史があると言われております。長い月日をかけ今ある姿ができあがりました。笑美の里も千年とはいきませんが皆様と一緒に長く歴史を紡いでいきたいですね。

T様とM様が手作りおやつに参加され新作のバナナクレープを作ってくださいました。少し多く作りすぎたので職員も少し味見させて頂きました。評判上々です！

## 季節の変わり目にご用心

春は日々の寒暖差や低気圧と高気圧が頻繁に入れ替わる気圧変動の大きな季節です。温度や気圧の変化により自律神経がバランスを崩し、疲れやだるさ、ストレスを感じやすくなります。自律神経を整えるには1日3食バランスの良い食事、有酸素運動、しっかりと睡眠が効果的です。春は気候の変化だけでなく、生活の環境も大きく変化します。自律神経を整えて春の不調を乗り切りましょう。



## 今月の雑学王

雛祭りで食べられる雛あられは、関西と関東で違いがあります。それは一体何でしょう？

1. 関西は塩辛く関東は甘い
2. 関西は黒色で関東は白色
3. 関西は硬くて関東は柔らかい



先月の答え：②：控えめな優しさ  
問：2月はツバキが見頃を迎えます。ツバキの花言葉は次のうちどれでしょうか？

## お薬情報更新のお願い

笑美の里では、ご利用者様の服用されているお薬情報を記録し、健康維持の為に活用させて頂いております。新しくお薬を処方された際は処方箋、お薬手帳をお持ち頂きますようお願い致します。

