



2022年
(令和4年) 2月号

みやびだより

社会福祉法人ふくふく会
デイサービスセンターみやび
TEL 072-950-0382
みやびホームページ fukufukukai.com



コロナウイルス感染症はオミクロン株の急激な広がり第6波となり、日々の感染者数の増加をテレビのニュースで目にするようになりました。

2月は冬季オリンピックが中国、北京で開催されます。オミクロンコロナの真っ只中での開催は盛り上がるのか心配ですが、日本選手には頑張って欲しい所です。

2月3日の節分には願いを込めて、「鬼はそと、福はうち、コロナ疫病退散！」



看護師からのお知らせ

ヒートショックのおはなし

大きな気温の変化によって血圧が急激に上下し、心臓や血管の疾患が起こることをヒートショックと呼びます。
* 温度差が10℃以上の急激な寒暖差を感じることでヒートショックは引き起こされます。

対策としては、暖房器具の適所への配置や市販の断熱、防寒対策グッズの活用など、屋内の温度差を緩和するための方法は様々あります。

ご自身の住まいに合った方法を上手に取り入れて、まだまだ寒さの厳しい2月を元気に乗り切りましょう。

看護師 吉岡洋子

スタッフ紹介 ⑩

看護師の吉岡洋子です。



動物が好きで、日々13歳と15歳のワンちゃんのお世話をしています。デイサービスで皆様と一緒に過ごすお手伝いさせてもらっています。気になる事があれば何なりと気軽にお声掛け下さい。



2月のイベント・レクリエーション

*イベント・レクリエーションの日程等は、都合により変更になることがあります。

バレンタイン企画 ビューティーコンテスト 開催のお知らせ

2月16日(水) 13:50スタート・場所：デイフロア
皆様に楽しんで頂こうと、スタッフ一同が大まじめに取り組んでいます。本気のスタッフをご覧になり、だれが一番か皆様に審査して頂きます。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--------------------------|----------------|--|---------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 30 | 31 | 01 バウンドボール | 02 パターゴルフで スマートボール | 03 節分ゲーム | 04 風船バスケット 🔥香りの湯🔥 | 05 百歳体操 |
| 06 | 07 バランスコロコロ | 08 コロコロストップ | 09 輪っかで大漁 🔥香りの湯🔥 | 10 輪投げゲーム | 11 建国記念日 タオルで飛ばそう | 12 サイコロ振って ポーリング |
| 13 | 14 百歳体操 🔥香りの湯🔥 | 15 カーリング | 16 バレンタイン企画 ビューティー コンテスト ✂️理美容サービス✂️ | 17 飛んでけ 紙コップ! | 18 的あてゲーム | 19 芋ほりゲーム |
| 20 | 21 輪っかで大漁 | 22 輪投げゲーム | 23 天皇誕生日 百歳体操 | 24 サイコロ振って ポーリング ✂️理美容サービス✂️ | 25 バウンドボール | 26 バランスコロコロ 🔥香りの湯🔥 |
| 27 | 28 風船バスケット | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 |



みやびは食事が美味しいです !!

今回ご紹介するのは、1月26日に出了た【牡蠣フライ】のメニューです。

今月も揚げ物の御紹介になりますが、スタッフからも好評でしたこのメニューを紹介したいとおもいます。

牡蠣は、大口を開けて何と一口で食べられるくらい大きいサイズで外はカリッとしていて優しい味のタルタルソースと相性抜群でした。

ほうれん草の酢の物で口の中をさっぱりしたらおから煮をご飯にのせてご飯と一緒に食べる…食事はボリュームあるのにご飯が少ない!?!と思わせるような逸品でした。

今日も美味しく、
"ごちそうさまでした!"



1月26日のメニュー

- ・牡蠣フライ
- ・おから煮
- ・ほうれん草の酢の物
- ・ごはん
- ・お味噌汁



皆様からのご寄稿をお待ちしております。

・ 久し振りの友の手紙その乱れ
・ 文字が我が老いを知る
・ 芳賀

・ 野の風に香る小春のころ
・ 筆硯の香る書齋の冬椿
・ 野の風に香る小春のころ
・ 吹かれぬし
・ 日向ぼこ
・ 恵洋

・ 百歳まで頑張ります
・ 恨みなしに貫かれたら
・ 飾られたい
・ 聖樹眠れぬ
・ 木と邪なれば
・ 安本美喜

利用者様、ご家族様からの寄稿をご紹介します。

一月みやび詩詠み会

新年は新規格 新春「青春写真館」

大募集!!



皆さんの若かりし日、思い出の写真を募集いたします。もちろんスタッフも一緒に青春時代をテーマに写真を皆さんに見て頂けるように企画しました。ごそでの参加をお待ちしております。

まずはスタッフの写真を展示します!



理美容サービス

2月の理美容サービスは
2月16日(水)・24日(木)に行います。
ご希望の方はスタッフまでお申し出ください。



みやび初笑い会

年明け恒例の「みやび初笑い会」！！
今年は初の試みで「獅子舞い」が参加！！
皆さんとても喜ばれ初笑いのゲームより盛り
上がっていたかもしれません。(笑)



福笑い、かるた、すごろく、坊主めくりなど昔ながらの
さまざまなゲームで皆様と楽しみました！！
獅子舞い含め、皆様良い顔しておられて良かったです！！

新春 書き初め大会



新年1月4日～6日に
書き初めを行いました。

機能訓練で日常生活を元気に過ごしましょう！

運動療法（リハビリテーション）
健康増進（疾病予防）のひとつとして運動療法があります。一般的に糖尿病や高血圧等の内科疾患に対する運動療法も積極的に実施されています。みやびでも3～5名のグループ単位でこの運動療法を実施しています。ソフトなトレーニングからハードなトレーニングまで正に、街で見かけるフィットネス（スポーツ）クラブのように頑張っておられます。また、脳疾患や骨疾患等の麻痺や関節に疼痛のある方には、個別で日常生活動作の拡大を目的にリハビリテーションを実施しています。いずれも、車椅子で自走する、歩行器を持ちながら立つ・歩く、起き上がる、座る、階段の昇降など移動動作能力と日常生活動作の維持・改善を図れるように利用者さんと共に頑張っています。
「感謝される機能訓練！」を目指して実施しますので、ご家庭でも協力をお願いします。
機能訓練指導員 林 宏

みやび温泉「香りの湯」

今月は発汗、保温に効果がある「ふんわり桃の香り」のお湯です。どうぞ堪能下さい。
2月4日(金) 9日(水)
14日(月) 26日(土)に行います。
みやびのお風呂でからだの芯から温めて、健康で清潔な日々を過ごしましょう。

川柳・俳句・写真を募集しています

みやびだよりでは、皆様参加の紙面構成を目指しています。ご利用者様、ご家族様から広く募集しています。
気軽にスタッフまで声掛けをお待ちしています。

ご利用キャンセルは急ぎよお休みされる場合は当日朝にお手数ですが、午前8時20分ごろまでに当事業所まで、ご連絡下さい。また、あらかじめ確認可能なお休み(受診や私用によるもの)については送迎時もしくはお渡ししている連絡帳に記載をお願いいたします。

お誕生日おめでとうございます！ 1月にお誕生会をされた方



レクリエーションの様子



1月の手芸・作品



ワクチン接種を受けられましたらお教えてください。新型コロナウイルス感染症は、私たちの身近な所にも広がってきています。デイサービスをご利用される日は検温し、体調に変化がないかを送迎担当スタッフへお申し出ください。検温出来ない時は送迎スタッフが代わって検温いたします。ご協力をお願いいたします。