

## 新しい年を迎えて

皆さんはお正月をどのように過ごされましたか？  
ゆとりあでは、事務長が職員共々、新年のご挨拶を兼ねて  
ご入居の皆さまに甘酒をお配りしました。

各フロアで、笑顔のやりとりができたそうです。  
昼食はお節料理で、普段とは違う器や寿箸を使用しました。  
おめでたい雰囲気をご存分に味わって頂けたのではないかと思います。



### ● 三が日のメニュー ●

- 1日……赤飯・甘鯛の西京焼き・おせち盛り合わせ・筑前煮・紅白なます・雑煮風汁
- 2日……ねぎとろ丼・五目真丈と野菜の煮物・菜の花の辛子和え・赤だし
- 3日……鰻のせ丼・茶碗蒸し・小松菜のお浸し・すまし汁

お節料理には由来があり、それぞれ縁起が良いとされていますので、少しご紹介します。

- \*黒豆：「マメに健康で働けますように」と願うもの。
- \*伊達巻き：文化・学問・教養を持つことを願うもの。
- \*レンコン：「先の見通しが良いように」と願うもの。
- \*昆布巻き：「こぶ」は「よろこぶ」に通ずるもの。
- \*栗きんとん：「勝負運」と「金運」を願うもの。

皆さんも今年一年の運が良くなるよう、お願いしながらお召し上がりになったでしょうか？

今年も利用者様に、季節を感じる食事や、四季折々の行事を楽しんで頂けるイベントを  
たくさん提供していきたいと思います。



## 運行・営繕部のお仕事

ゆとりあのドライバーさん達は、朝夕のデイサービスやショートステイの送迎、病院受診時の送迎が主な仕事ですが…ある時は掃除屋さん、ある時は修理屋さん、送迎の空き時間に様々なお仕事をしてもらっています。

今回紹介する、車椅子の掃除とメンテナンスも、その中の一つです。

毎日、1台ずつ各階から降ろされて来る車椅子を掃除し、ピカピカ☆彡にしたり、パンクの修理も慣れた手つきで、あっという間に直してくれます。

ご入居の皆様に気持ち良く使っていただけるよう、ゆとりあのドライバーさん達は、日々頑張っています。



## 冬は乾燥の季節

1月に入って、インフルエンザの流行を伝えるニュースを観たり聞いたりすることが多くなりました。川崎市でも「インフルエンザ流行発生警報」が1月17日に発令されました。

予防の基本は、うがい・手洗い・マスクの着用ですが、お部屋の湿度管理も重要なポイントです。

ウイルスは比較的乾燥に強いことが知られています。また、乾燥状態が続くと、のどや気管支は防御機能が低下するため、インフルエンザウイルスによる感染が起こりやすくなります。

乾燥を防ぐ方法の一つとして、加湿器を上手に利用し、適正な湿度（概ね40%以上）を保つことが重要だと言われています。当施設でも感染症予防対策期間中は、各フロアに大型の加湿器を配備して、湿度管理に気を配っています。



〈施設で活躍する〉  
大型加湿器たち

## 2月のスケジュール

|          |                        |
|----------|------------------------|
| 2月4日(月)  | シャッキリ体操(4F)            |
| 2月17日(日) | お誕生日会(2月生まれのご入居者様)     |
| 2月19日(火) | フラワーアレンジメント(デイサービス・従来) |
| 2月21日(木) | フラワーアレンジメント(ユニット)      |
| 2月22日(金) | 健康体操レク(2F)             |