

2階 豆まき

「鬼は外～!! 福は内～!!」
みんなで鬼を退治!!
たくさんの福がきます
ように



3階 節分鬼退治



4階 節分

皆様笑顔で豆をまいて
くださいました。



ふじなみデイサービスセンター

節分祭を行いました



通所リハビリ

雛人形作りしました



コラム欄

花粉症の季節になりました。花粉症には
ビタミンDが良いそうです。キノコ類や
魚介類に多く含まれます。また、日光を
浴びることで生成されるそうです。

職員インタビュー

今回は、居宅介護支援事業所 春日さんです。

現在の仕事の内容は？

お家での介護保険サービスの調整です。

仕事で嬉しかったことは？

ご利用者様から「いつもありがとう」と声をかけられ誰かに必要とされることはとても嬉しいです。



春キャベツについて



みずみずしくて、軟らかい葉が特徴の春キャベツ。

冬キャベツに比べ、ビタミンCが多く含まれます。

また、胃腸の粘膜を修復する効果がある「キャベジン」という栄養素も含まれています！どちらの栄養素も水に溶ける性質があり、切ってから水にさらすと栄養素が逃げてしまいます。料理する際は、洗ってから切るのがおすすめです！

栄養科

施設からのお知らせ

春は寒暖差が大きい季節です。気温の変化に対応するため自律神経が乱れ、心身に不調が出やすくなります。体温調節出来る服装や、朝食をしっかり摂るようにしましょう。