

すずらん通信 2月号

2024年2月発行

まちかどホームすずらん

今年も早1カ月過ぎ、2月となりましたね。暦上では立春を迎え、少しずつ春に近づいています。まだまだ寒い日が続きますので、しっかり栄養を取り、暖かくしてお過ごしください(*^^*)



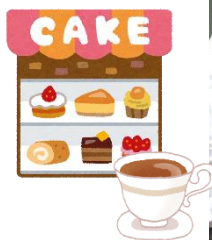
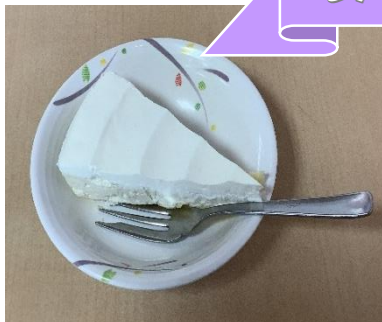
1月1日元旦
おせち



ご当地食
～新潟県～



スイーツコレクション
レアチーズケーキ



裏面もご覧ください⇒

2月の行事予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3 節分
4	5	6	7	8	9 スイーツ コレクション	10
11 5F フロア食 建国記念の日	12 振替休日	13 園芸 ボランティア	14 バレンタイン	15	16	17
18	19	20 ご当地食	21	22	23 天皇誕生日	24
25	26	27	28	29		

【2月の行事食】

◆3日(土)「節分」

昼食:卵巻き寿司・いなり寿司

魚ハンバーグ、ふろふき大根

すまし汁

おやつ:季節の和菓子(赤鬼 or お多福)

◆9日(金)「スイーツコレクション」

おやつ:ティラミス

◆14日(水)「バレンタイン」

おやつ:チョコレートババロア

◆20日(火)「ご当地食～長野県～」

昼食:きむたくご飯、鮭のきのこあんかけ

りんごゼリー、中華スープ



ぱたから通信

～災害時の口腔ケアについて～



今年の元旦に能登半島地震が発生しました。今回の地震で、断水となっている地域が多く見られています。歯ブラシや水がない場合は、ティッシュペーパー等があればお口の中を拭き取る、食事の際に飲料を提供されたら、食後に少量の飲料でうがいしをしましょう。唾液はお口の中をきれいにする働きがあり、耳の下、頬、顎の下を手でもむことで、温めると唾液が出やすくなります。また、入れ歯を装着される方は食後に入れ歯をきれいにし、夜寝るときはできるだけ入れ歯を外しましょう。

冬は感染症が流行する時期で、口腔ケアは重要となります。災害時も口腔ケアを忘れず行うようにしましょう！！