

すこやか通信

2020
2月号



Vol.90

今年の冬は暖冬と思っていたら 2 月に入りやっと雪が積もりました。数日であっという間に平年超えのドカ雪！そんな中、世界が新型ウィルスに警戒する前代未聞の事態が起きてしまいました。北海道では学校が休校になり緊急事態宣言が出されました。感染拡大を抑えるには一人ひとりの心がけ、行動がとても大切です。早く終息し安心して生活ができるよう、私たちに出来ることをしっかりと実行していきましょう。

咳エチケット

テレビや新聞などで見て実践している方も多くかもしれません。感染を広めないためのマナーである「咳エチケット」改めて確認してみましょう。



咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチを使って、口や鼻をおさえることです。を手でおさえたり、何もせずに咳やくしゃみをするのはやめましょう。

手洗いうがいも
時間をかけて
しっかりと！

節分

今年も無病息災を願って豆まきをしました。

今年の干支はねずみ年、年男の角川様、年女の赤石様に豆をまいていただきました！例年通り、豆は床にはばらまかずにテーブルに転がす方式です。さながらボーリングのように、遠くの席の方にも届くように。『鬼は～外！福は～内！』元気な声が苑内に響きます。

みなさん歳の数だけ豆を召し上がるとおなか一杯になってしまうので、程々にしていただき。節分を意識したプチ行事食を楽しみました。

節分は暦でいうと春に当たるそうですが、北海道にいますとまだまだ春は遠し…といったところですね。



今月の川柳 豆の数 忘れるほどの 歳になり 濱谷 スエ

のどかな 日曜日

日曜日には、時々カラオケを出します。

これが意外に人気で、みなさん気持ちよさそうに歌っています♪カラオケをやらない方は、花札をしたり、トランプをしたり。アイドル犬ビビも大活躍！



建国記念日
特別メニュー

今月は行事食が
3回ありました！

初めての令和天皇
誕生日をお祝いして

令和
天皇誕生日
特別メニュー



3月

HAPPY BIRTHDAY

26日 濱谷 スエ様

発行：すこやか苑西野