

“結愛” ~ゆい~

『今月の豆知識』

今年2月19日が二十四節気のひとつ「雨水」です。この日は雪が雨に変わり雪解けが始まる時期という意味で、毎年2月19日～3月5日頃までの15日間にあたります。実際のこの時期はまだまだ寒い地域も多いですが、この頃になると三寒四温を繰り返したり、春一番が吹いたり少しずつ暖かな日も増え冬から春に近づいていきます。

雨水の初め、2月19日にひな人形を飾ると良縁に恵まれるといわれています。もともとひな祭りは水に関係する行事で、ひな人形は厄を移した人形を水に流していたことに由来しているそうです。また、この時期には梅や雪割草、沈丁花の花も咲きだします。少しずつ暖かい日も増えてくるので、人形を出したり、お花見に出かけてみたりと春を感じながら身体を動かしてみてもいいのではないでしょうか🍀

『通所リハビリテーション～書初め・かるた～』

1月は書初めで今年の目標や好きな字を書きました。難しい方は職員が書き、名前だけは書いていただきました。ご自身で書かれた方も多く、素敵に仕上がりました。職員が大きな半紙に「飛翔」と書くパフォーマンスも行い、迫力のある字が書かれていく瞬間を楽しんでいただきました。また、かるたや福笑いなども行い、お正月らしさを味わいました。



『インフルエンザが流行しています！』

新型コロナウイルスの流行が2019年から続いており、昨年まではインフルエンザの流行は見られませんでした。しかし、昨年末にインフルエンザが流行期に入ったと厚生労働省が発表しました。インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気で、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感等の症状が比較的急速に現れるのが特徴です。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳等の症状も見られます。高齢の方や免疫力の低下している方では二次性の肺炎を伴うなど、重症になることがあります。山梨県でも全域で発生が報告されています。引き続き、こまめな手洗い・うがい、アルコールでの手指消毒を心がけましょう。