

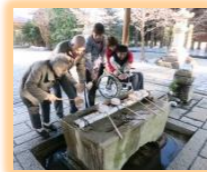


望 メディカル通信

● 平成28年 2月号 ●

1月の出来事

初詣 沓掛諏訪神社と曹源寺に行きました



フロアーゲーム

◆鏡餅作りゲーム

①餅をついて…②鏡餅を作る



◆風船出しゲーム

お手玉を使って風船を輪っかから出すゲームです。



◆スケボー・ジョニーゲーム……→



2月カレンダー作り

2月と言えば…節分

恵方巻を作りました



～来月の予定～

- ・4月カレンダー作り
- ・お花見
- ・全体作品作り (干支)

望メディカルデイサービス

〒458-0919 名古屋市緑区桶狭間神明1701番地

TEL(052)626-0067 FAX(052)626-3021

担当 川端 (生活相談員)

2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	体を動かそう					
	スーパーホッケー	鬼は～外	節分だよ～豆合戦	鬼は～外	スリッパ飛ばし	スーパーホッケー
	変わり揚げ	卵の袋煮	焼きうどん	煮魚	たこめし	鶏照煮
7	8	9	10	11	12	13
	3月カレンダー作り					
	貝はいくつ取れるかな?			みんなで/ルティック		
	豆腐くず煮	アジフライ	柳川風煮	味噌煮うどん	クリームシュー	カレーピラフ
14	15	16	17	18	19	20
	テーブルゲーム		カラオケ	お雛様作り		
	ピース入れ競争		大型トランプ遊び	可愛い飾りを作ります!		
	高菜ごはん	さば味噌煮	鮭カツ	スペインオムレツ	つみれうどん	肉豆腐
21	22	23	24	25	26	27
	お雛様作り			カラオケ	3月壁飾り作り	
	ぜひお部屋に飾って下さいね			季節感をフロアーに!		
	豆腐カレー	ヒビンパ丼	ぶい大根	ハムカツ	他人煮	スパゲッティ
28	29					
	3月壁飾り作り					
	卵とじうどん					

望にあるリハビリマシンの種類と効果を紹介します!

②ウサギ(ルームマーチ)

エアバイクの小型版で有酸素運動を行うことができます。前回紹介したかよりも、足全体の運動ができるため運動量は増大します。

電動アシストが付いているため、10分以上の運動も可能です。

理学療法士 山本 博



2月は節分です。季節の変わり目ですがまだ寒い日が続きます。インフルエンザが流行しています。常日頃よりしっかりした睡眠・栄養をとりましょう。外出より戻ったら手洗いやうがいをして予防して下さい。

医療法人 松清会
理事長 松本清



辛味は味じゃない…?

カレーや明太子など辛い食べ物はおいしいですね。辛味は『味覚』には含まれないことを知っていますか? 味覚は、食品が味を感じる細胞を刺激することによって味を感じていますが、辛味は痛みを感じる細胞が刺激されることによって痛覚として捉えているものなのです。味を感じる細胞は皮膚には存在しないため塩や砂糖を手でつまんでも味は感じませんが、唐辛子を手で触るとヒリヒリするのは、痛みを感じる細胞が皮膚にも存在するためと言われています。

スペラデンタルクリニック
歯科医師 野々村 大雅