



# えにし便り

平成28年 新年2月号



## 明けまして おめでとう ございます



皆様におかれましては、穏やかな新年を迎えられたことと思います。  
今年もご利用者様・ご家族の皆様が安心した生活が維持できるよう、  
職員一同頑張っていく所存です。  
本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

えにし スタッフ一同



## 全国のお雑煮大集合！あなたのふるさとのお雑煮は！？

ふるさとのお雑煮の話をぜひ聞かせてくださいね！

お雑煮は日本人の心。しかし、地域によってお餅の形や大きさ、汁、入れる具材がまちまちです。

「お雑煮戦争」という言葉まで耳にします！

どうやら大きな違いは3つです。

【汁】・・・すまし / 味噌 / 小豆

【餅】・・・丸餅 / 角餅

【具】・・・かなりの種類

お雑煮もそれぞれの「お国」が出るようですね。



事故多発！

### ご注意！！

事故多発！

## お餅を食べるときは 十分気をつけてください！！



また新たな一年がスタートしました！今年も良い一年になりますように！

お正月の間、生活のリズムが不規則になってしまった方もいらっしゃるかと思います。

なるべく早く元のリズムを取り戻して、健康的な毎日を送れるようにしましょう！

2月3日は

竹分節



今年の恵方は

丙申（ひのえ・さる）  
の方角

南南東

だそうです！

最近ではこの時期、長ければ何でも恵方になる傾向がありますね！  
恵方ロールに恵方プリン、一口恵方巻、恵方……。

ご高齢の方は長い恵方巻にかぶりつけなくとも、何でも恵方！なブームに乗って、食べる楽しみとして挑戦してはいかがでしょうか。

ただ安全のため、食べる時は補助する方が一緒の時にしましょう！

## 今年はインフルエンザの流行が遅れています

今年の年末年始は比較的暖かく過ごしやすかったですね。

この暖冬の影響で、季節性インフルエンザの全国的な流行が遅れています。例年12月には流行入りが発表されますが、今年は9年ぶりに年を越しても流行目安には至らなかったそうです！

ただ過去には流行が遅れても、その後感染者が急増したシーズンもありますので今後も引き続き注意して過ごしましょう！

また、例年ですと1月はノロウィルスの流行のピークを迎える時期でもあります。こちらも昨年ほど流行はしていませんが、十分な注意をつづけて、元気に乗りきりましょう！！

予防には  
やはり・

★ こまめな手洗い・うがい  
★ 適度な室内加湿・換気

★ 休養・栄養・水分補給  
★ 咳エチケット