

インフルエンザにかからないために

現在インフルエンザが猛威を振るっています。1999年4月以降最多となっていますがピークはまだこれからだとか。

インフルエンザにかかると38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等の症状が比較的急速に現れます。インフルエンザにかからないよう手洗いやうがいをしっかりしましょう。また、十分な休養とバランスの良い食事を摂ることが大切です。

インフルエンザウイルスは流行が始まると短期間で感染が拡大します。そのため人にうつさない・ひろげないことも重要です。早めの医療機関への受診、外出を控える、マスクの着用等を心がけましょう。



2月の予定

5日(水)～6日(木)



「お誕生日会」 & 「節分喫茶」

13日(木)～15日(土)

バレンタインおやつ

お楽しみに♡

◇ 編集後記 ◇

私にとっての2月といえばランキング5位の「寒い」です。事務所は寒いのです！おなかと背中にカイロを貼って過ごしております。早く早く暖かくなってくれ～

八王子市高齢者在宅サービスセンター石川

ぷちはーと制作委員会

かわら版

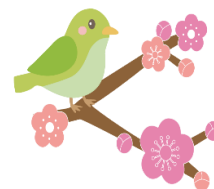
ぷちはーと

2025年

2月

一年で寒さのピークを迎える2月ですが、少しずつ春の兆しを感じる時季でもあります。みなさんは何を思い浮かべる2月でしょうか。

2月は如月(きさらぎ)と言いますが「きさらぎ」の語源は諸説あるようです。寒さが厳しい時季に衣



を更に着るという「衣更着(きさらぎ)」という説が有力のようです。他には 梅見(うめみづき)・初花月(はつはなつき)・雪消月(ゆききえつき) など春に向かうようでステキですね。

2月といえば・・・

ランキング

- 1位 バレンタインデー
- 2位 豆まき
- 3位 恵方巻
- 4位 節分
- 5位 雪寒い
- 7位 うるう年
- 8位 立春
- 9位 梅受験

期待通り2・3・4位にランキングしました節分!!

今年の恵方は「西南西」です。節分の日恵方の方角を向き無言で願い事をしながら恵方巻を食べましょう。願いが届き縁起が良いですよ。

今年も健康第一です！
楽しい一年に
しましょう!!



まゆみ

とあるニュースのアンケート結果です