



鬼は外～。

福は内～



お願い。 ご面会の際はマスク着用して
頂くようお願いいたします。

おばあちゃんの知恵袋

私はね、今まで風邪で寝込んだことがないの。それは、好き嫌い
や偏った食事をせずなんでもバラ
ンスよく食べること。ジツとしてな
いで体を動かすこと。お風呂に
ゆっくり浸かって、上がったら湯
冷めしないようにしっかり体を拭
いて暖かい恰好をするの。何も難
しいことじゃないのよ。これが大
切なの。 と語ってくださったO様で
した。皆さんはどのような
風邪予防されていますか。
まだまだ風邪が流行って
いますので注意しましょう。

編集後記

寒暖差が激しく、体調管理が難しい季節です。新
型インフルエンザにつきましても、減少傾向にあると
はいえ、まだまだ油断出来ない状況が続いてお
ります。梅光園でも、職員他、外部ボランティアの
方々や地域の皆様にも協力をお願いし、引き続き感
染対策に努めて参ります。

広報委員会