



# メディコ守山デイケア

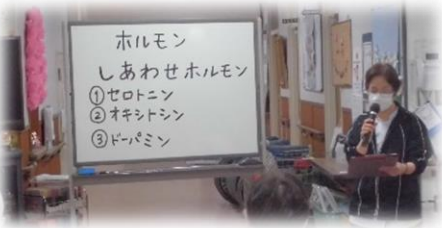


朝晩は少し寒さが残るものの、お昼間は大分ポカポカ陽気になってきましたね。送迎中の車内からも膨らみ始めた梅のつぼみが見られるようになり、春がもうすぐそこまできている事が感じられます。



2月3日の節分の日  
金髪の赤鬼に扮した  
職員に新聞紙で作った豆  
をぶつけみんなで追い払い

ました。逃げる前に利用者さんと記念撮影をして上機嫌な赤鬼でした。2月から毎月不定期で



開催される事となった「水谷ナースのちょっといい話」

第1回目のお題は「幸せホルモン」でした。

セロトニン・オキシトシン・ドーパミンなどのホルモンの分泌を促す生活を送る事により心と身体を安定させ幸せを感じ

やすくなるようです。いい話が聞けて思わずニコニコしてしまいました。来月も楽しみにしていて

くださいね！ 20日は少し遅めのバレンタインイベントとして

手作りおやつチョコレートブラウニーを召し上がって頂きました。

甘さ控えめなほろ苦いブラウニーに生クリームが程よくマッチしていて

とてもおいしいよと沢山の方に褒めて頂きました。

栄養課とのコラボで開催されるおやつイベントは毎回好評なので

これからも定期的に皆さんに美味しいおやつを提供していきたいと思います。



## 3月の予定



🌸 3日(金) 雑祭イベント 握り寿司

🌸 不定期 水谷ナースのちょっといい話 「物忘れと認知症について」

暖かくて風の少ない日は外でお散歩をしたいと思っています。太陽の光を浴びて幸せホルモンの分泌をアップさせましょう！