

事業所版

ふ・み・りー



新生ケア・サービス広報紙

令和5年3月号

ピックアップ

★花粉症予防について～今年は10年に一度の大飛散予報👀～★

★～花粉症とは？～★

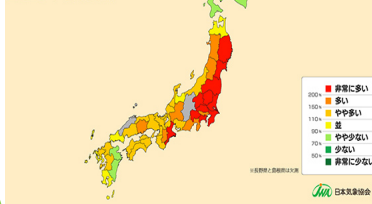
植物の花粉による季節性アレルギー疾患の総称。

症状: アレルギー性鼻炎、結膜炎、花粉皮膚炎

時期: 1月後半より6月にかけて流行する。

(原因となる植物は多く、1年中注意が必要)

花粉の飛ぶ量は？ 2023年(例年比)



「鳥取県花粉情報2023」

- ・例年と比較し125%増化。
- ・2月下旬より3月下旬にスギ、3月下旬より4月中旬にヒノキ。
- ・花粉症対策は早めの行動、関連グッズも早めの入手を。

★～予防するには？～★

重要

⚡ まずは大量の飛散が予測される場には近づかないこと ⚡

- ・マスク・メガネ・帽子・コート(綿、ポリエステル生地)などの花粉から身を守るものを装着する。
- ・手洗い・うがい・洗顔を徹底し、体内に入らないようにする。
- ・室内に入った花粉には空気清浄機、加湿器、掃除機で対処する。

★～今から出来る花粉症対策～★

- ・洗濯物の外干しは午前中か夕方以降に♪
- ・食生活改善やサプリメント等で腸内環境を整え、免疫力UP、体質改善に努めよう♪
- ・眠気等の副作用の出にくい市販薬の活用♪ (薬剤師さんに相談を)
- ・帰宅後はコート、帽子などをブラッシング♪

💡 お出かけ前はお天気アプリをチェックすると便利! 💡

27 (月)	28 (火)	1 (水)	2 (木)	3 (金)
非常に多い	非常に多い	多い	やや多い	多い
12	16	16	13	13
0	1	4	5	4
20	20	40	40	30
☀️	☀️	☁️	☁️	☀️

・ウェザーニュース

・tenki.jp

・Yahoo 天気等でチェック♪

※花粉が多い日、時間帯は外出を避けられますよ😊

★辛い症状があるときは専門医へ受診を★

※早めの対応、治療が一番大切です😊

- ・個人に合わせた服薬コントロール。
- ・重症花粉症に対して注射薬(ゾレア)の適用(適用に条件あり)。
- ・舌下免疫療法やレーザー治療など個人に合った治療を実施。

★～バレンタインデーはおいしいケーキ～★



シェフお手製ケーキ🍰



ムースで安全に嚥下😊



美味しいわあ(^ω^)
私は嬉しい😊
また作ってよ🎵

★～2年ぶりに地域サロン参加～★

今月の一押し



健康講座に相談会、歌に体操とみなさん大満足な時間に😊
地域との繋がりをこれからも大切にしていきます(^ω^)

小規模多機能型居宅介護事業所 にじの音

★節分祭りで恵方ロール作り～(^ω^)★



今日の節分祭りみんなで
いっぱい楽しみましょう♪
鬼は～外、福は内～😄



集中して
ゆっくりゆっくり😊



ほらっ(^ω^)
うまいもんでしょ♪
やれば出来る～
美味しいそうだ😊

にじの音スタッフより

今年は豆まきレクと利用者さんの手作り
恵方ロール作りに挑戦しました(^ω^)
笑顔と明るい声が聞けて良かったです😊

活動紹介♪



ほんと美味しいわ😊
自分で作ると
違うわね～♪

デイサービスセンター コムハウス

★節分レクリエーションを開催～(^ω^)★



節分レクリエーション



素敵で美味しい
ランチに大喜び～😊



幸せなおめでたい壁画が完成～😊

鬼は外、福は内～😄
ワッハッハッハ～♪

それ～当たって～(^ω^)
盛り上がったわね～😊

コムハウススタッフより

節分にちなんだクイズをしたり、みんなで
協力して鬼退治をしたり、今年の節分も
たくさんの笑顔で福を呼び込みました😊

～事業のご案内～

- ・居宅介護支援事業（ケアマネ）
- ・訪問介護事業（ヘルパー）
- ・訪問看護事業
- ・通所介護事業（デイサービス）「デイサービスセンターコムハウス」
- ・小規模多機能型居宅介護事業「小規模多機能型居宅介護にじの音」
- ・光の学校（地域向けサロン）
- ・ちょいてご屋（介護保険外お手伝いサービス）（居宅介護・重度訪問介護）
- ・看護師家政婦紹介所
- ・障害者福祉サービス事業

編集後記

新年が来たなあと思っていましたら、あっという間にもう3月ですね!!!!早い😄今年はどうぞん地域活動へ参加し、活動の幅を広げたいと考えています。ふと思いましたが、今から4月の桜が楽しみです😊引き続き広報誌の方もよろしくお願いします😊



有限
会社

新生ケア・サービス

小さな夢を大きな希望に

〒689-3546 鳥取県米子市熊党200-1 TEL 0859-27-1439

ホームページ



Instagram

