

どげんき通信

第 115 号
令和 3 年
(2021 年)
2 月 1 日発行

みなさんお元気ですか。

再び愛知県に緊急事態宣言が発令され、外出の自粛や飲食店の営業時間削減、イベントの自粛、と暮らしにくい期間となりました。

百年前にスペイン風邪の流行がありました。現在のコロナウイルスと同じで感染拡大しました。その時の日本ではどのような対策をしたのかというと、現在と同じで、マスクの着用、人混みを避け、感冒に罹患した人に近寄らないな



店長の鏡です

暖房器具がもたらす健康トラブルにご注意！

- ・暖房器具を使用される時は、こまめに換気にお気を付けください（一酸化炭素中毒予防）
- ・湯たんぽ、こたつ、電気カーペットは低温度でも低温やけどを起こすことがあります。（適度な使用時間を）
- ・暖房器具を使用すると空気が乾燥しますので、加湿器などを使用しましょう。



どでした。まだ医学の発達していない当時でも目に見えない細菌が原因だと考えられ、予防法も今と同じでマスクの着用でした。マスクの生産が必要に追いつかなかったところなどは今も昔もかわらないことに驚きます。

最近、新型コロナウイルスの

ワクチンができました。ワクチンの歴史は今から二百五十年前にジェンナーによって天然痘ワクチンが開発されました。開発当初は批判されましたが今では天然痘は撲滅されています。新型コロナウイルスも賛否ありますが、昔とかわらずコロナの撲滅を期待します！

日	月	火	水	木	金	土
31 赤口	1 先勝	2 友引 節分	3 先負 立春	4 仏滅	5 大安	6 赤口
7 先勝	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安 建国記念の日	12 先勝	13 友引
14 先負	15 仏滅	16 行事食 大安 (昼食)	17 赤口	18 先勝 雨水	19 友引	20 先負
21 仏滅	22 大安	23 赤口 天皇誕生日	24 先勝	25 友引	26 先負	27 仏滅
28 大安	1 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅 啓蟄	6 大安

2月カレンダー





豆まきをする



ストーブを囲む

ぬり絵でマンチエイジング!
ぬり絵をすることで、脳が活性化され、認知症等の予防に効果があるそうです。シットライ!

☆今月の行事食☆

2月16日(火) 昼食

「金目鯛煮付け弁当」



2月の行事食は、「金目鯛煮付け弁当」をご用意しました。脂のりの良い金目鯛を使用することで、しっとり仕上げています。

タレは、醤油、みりん、砂糖、清酒を合わせ定番の味付けに仕立てました。金目鯛の赤い皮目も鮮やかな見た目になっています。

◆ おしながき ◆

金目鯛煮付け/オクラのお浸し/豆乳入りしっとり卵の花/あおさ入り玉子焼き/ささげの胡麻和え/なます/しそ昆布

<発行・お問い合わせ>

宅配クック123
豊川店



TEL:0533-56-3005

FAX:0533-56-3006

営業時間 9:00~17:00



~ 介護お助け便で
日用品のご注文も承ります! ~

食料品や日用品など、大きいモノ・重いモノもお弁当と一緒に配達できるようになりました! ご注文・お問い合わせはスタッフまで!

