

2012(平成24)年 デイサービスセンター 笑顔みなみ 3月号

〒723-0052 三原市皆実四丁目11番25号

TEL(0848)62-0505

日ごとに春めいてまいりましたが、
皆様にはお変わりございませんでしょうか
春の訪れは嬉しいのですが、花粉症が心配な季節になりました

ここでちょっと 花粉症のおはなし

★ 花粉症3大症状



★ 花粉症はなぜ起こるのか



「ヒスタミン」とは、
皮膚に存在する**肥満細胞**
という細胞に含まれる
化学物質のひとつです

★ 花粉症対策 (とにかく花粉を体に寄せつけない!)



◎ その他

ヨーグルトを食べて体の免疫力を高める
甜茶を飲んでヒスタミンの分泌を抑える

※ 注意 『バラ科』の甜茶を
てんちゃ
選びましょう

お知らせ

**3/9(金) ボランティア
らくしゅう会**
(うた、踊りなど)

3/19(月) 花まつり

看護師
小川カズコ

入社して6ヶ月になりますが、日々新しい
発見の連続です。利用者様が安心して過ごし
ていただけるよう、又 健康管理の充実など
気軽に相談して頂けるよう力を注いでまいり
ます。今後ともよろしくお願い致します。

3月 今日は何の日カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1 ビキニデー	2 遠山の金さんの日	3 ひなまつり
4 ミシンの日	5 3月5日 珊瑚の日	6 弟の日	7 花粉症記念日	8 ミツバチの日	9 ありがとうの日	10 サボテンの日
11 パンダ発見の日	12 サイフの日	13 サンドイッチの日	14 ホワイトデー	15 オリーブの日	16 国立公園指定記念日	17 漫画週刊誌の日
18 精霊の日	19 カメラ発明記念日	20 電卓の日	21 ランドセルの日	22 夫婦の日	23 ゲームの日	24 マネキン記念日
25 電気記念日	26 けし-しゃの歌の日	27 さくらの日	28 シルクロードの日	29 肉の日	30 味噌の日	31 オーケストラの日