



# のびのび新聞 電子版

NOBI NOBI Newspaper Online

2026年2月

福は内!!

恵は外!!



寒い日が続くと思ったらちょっと暖かい日があったり。そんな2月になりました。野比苑の通所リハビリでは、節分にちなんだ運動レクリエーションが行われたり、

行事の特別食が提供されたりと、冬の寒さを吹き飛ばす活気が溢れています。



この日のおやつは、赤鬼のねりきり（上の写真）でした。こしあんを包んだ赤色のねりきりを鬼の顔にしました。

そしてこの日のお昼ご飯（右の写真）は、、、

- 太巻きずし
  - おいなりさん
  - 五目煮豆
  - 青菜のおひたし
  - いわしのつみれ汁
- のメニューでした。



ハムスタ相談員の

つまみぐい

いえは節分=豆まきする日。ってイメージですが、文字の通り『季節を分ける日』が本来の意味だそうです。本来は春夏秋冬4回の『節分』があるんですよ。私は最近知りました。上司に言われて。そんなことより恵方巻おいしかったです。3本食べました。恵方巻ロールっていうスイーツも最高でした。ダイエット?気にしません。

# 野比苑デイケア 今月の運動レク

## 豆まき風玉入れ

野比苑通所リハビリ今月の運動レクリエーションは『豆まき風玉入れ』です。鬼のボードの前のカゴに20秒で何個入れられるかのゲームです。



## 野比苑ウォーキング

野比苑通所リハビリテーションでは『野比苑ウォーキングスタンプラリー』と称して歩行練習の距離や回数に応じて台紙にスタンプを押し、年に1回表彰式を行っています。今年も皆さまたくさん歩いていただきました。



野比苑  
ウォーキング  
たくさん歩きましょう！  
ここからスタート  
ろうかの端まで往復して  
100m

