



# すまいる通信12月号

発行 ケアホームほいおか  
0766-86-8850

2021



お天気に誘われて  
近隣へお散歩に行ってきました。



## Merry Christmas



心躍るクリスマス！童心にかえりますね。

## ハッピークリスマス



摘みたての氷見リンゴを  
ご用意いたしました。



(株)メディカルケアの取組み

ルネグラスト リュミエール  
スカルプシャンプー  
スカルプトリートメント

浮腫や痛みがあれば  
HRクリームで  
マッサージ！



七輪水で  
つやつやお肌



水素吸入  
健康長寿を願って！

自家製R1  
ヨーグルトで  
免疫力UP！



自家製塩麹で  
旨みアップ！

次世代型除菌剤  
＜シトラバスター＞  
医師が認めた植物由来の  
[GSE]除菌+抗菌スプレーです。

マウスケア ベルムA  
腸内環境を整え、認知症や  
コロナウイルスにも効果が  
あると報告されています。  
足浴は、DDSマトリックス  
スキンケアソープで洗浄！

BIOZONE (オゾン発生機器)  
オゾンによる新型コロナウイルス  
不活性化が確認されています

お茶のちから  
抗菌抗ウイルスウォーター

お部屋丸ごと  
ウイルス対策  
お茶由来の高い安全  
性で人にやさしい

有人環境下で  
も常に使用可  
能な濃度のオ  
ゾンを保ち、  
様々な感染リ  
スクを軽減！

## HAPPY BIRTHDAY



### 今月のお楽しみランチ



中華丼 水餃子 もやしの ナムル 春雨スープ 杏仁豆腐	ハヤシライス クリーム コロケ ポテトサラダ オニオン スープ フルーツ ポンチ	鶏肉と山菜 おこわ 揚げ出し豆腐 カブの柚味噌 春雨の酢物 お吸い物 みかん	かき揚げ丼 さわらの 塩麹焼き 菜の花和え カリフラワー の甘酢漬け ミニ蕎麦 りんご
--	---	--	--

### ☆編集後記☆

新年あけましておめでとうございます。  
2022年もよろしくお願ひ申し上げます。  
寒い日が続きますが、皆様 体調を崩され  
ませんよう、お身体ご自愛ください。

新聞委員：笠谷 中島