



まほろばだより

作品：縫島様、悴田様

謹んで新年のお慶びを申し上げます。昨年中はデイサービスまほろばをご利用頂きありがとうございました。本年も皆様に楽しんで頂けるデイサービス作りに励んでいきたいと思っておりますので、ご希望やご意見等がありましたら、お気軽に職員までお話し下さい。

さて、1月は新春行事としまして、13日に『新春梯子乗り』17日に『餅つき大会』を実施する予定となっております。是非ご参加下さい。新しい年を迎え、寒さはこれから本番を迎えます。風邪を引かない様、うがい、手洗いはじめ、マスクの着用等予防対策をしっかりと行い、体調管理にも十分気を付けましょう。

第105号
〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2
デイサービスセンターまほろば
☎ 0274-40-2022
編集委員 宇佐美・星野

＜12月行事報告＞

●鈴石会「尺八・三味線演奏」

21日（土）に鈴石会の方々が、尺八、三味線演奏ボランティアに来て下さいました。

全国の有名な民謡を中心に、歌い手付きで演奏して下さい、旅行気分を味わいながら楽しんで頂きました♪

知っている歌は一緒に口ずさみながら、楽しまれ、「懐かしかったよ。」ととてもご好評頂きました。



●クリスマス会

26、27日の日程で毎年恒例のクリスマス会を実施しました。クリスマスの帽子をかぶって頂き、皆様でゲームを楽しみ、最後に成績順にプレゼントのくじを引いて頂きました♪「何が入っているんだろうね？開けるのが楽しみだよ♪」と沢山の笑顔が見られ、賑いました。この他にもクリスマス昼食会やクリスマスケーキ作りなどを曜日を変えて行い、皆様にクリスマスを満喫して頂きました。



＜潤青会報告＞

山本由雄・信子記念信託基金 寄付

東京特殊硝子株式会社様から『山本由雄・信子記念信託基金』の寄附金の交付を受け、『個別浴槽対応型リフト』を購入しました。購入したリフトは、特養入居者様やショートステイ利用者様の入浴介助に役立てていきたいと思っております。

山本由雄・信子記念信託基金様をはじめ、ご協力を賜りました関係者の皆様に心より深く御礼申し上げ、趣旨に沿って大切に使用させて頂きます。ありがとうございました。



小野中学校「車椅子寄附」

藤岡市立小野中学校様より自走用車椅子2台を寄贈して頂きました。小野中学校では毎年、生徒の方々にアルミ缶回収の協力を募り、地域の福祉施設に寄付しているそうです。

生徒の皆様や先生方の志に感謝をし、入居者様、利用者様の為、大切に使用させて頂きます。ありがとうございました。



●12月利用者様作品 (松飾り、鼠、鶴のリース)



暮らしの知識



◎いまさら聞けない!?うるう年にまつわるルール

◎暦を調整するために考えられた、さまざまな工夫

現在の日本で使われている「太陽暦」の1年は、365日とされています。これは地球が太陽のまわりを1周するのにかかる日数ですが、実は1年につき6時間ほど足りません。そのため4年経つと、6時間×4=24時間、つまりあと約1日分の時間が、地球が4年前にいたもとの位置に戻るために必要になるのです。

そこで、紀元前1世紀に太陽暦を使い始めたローマでは、「西暦の年号が4でわりきれぬ年」をうるう年と定め、4年に一度、1年の日数を1日増やして調整するようにした…というわけです。

ただ、この調整は完璧なものではありません。本当のズレは6時間ではなく5時間49分なので、うるう年を設定したことで、実は1年につき約11分の増やしすぎになっています。そのためさらなる微調整が必要になり、16世紀に例外として「西暦の年号が100でわりきれぬ&400ではわりきれぬ年」は、うるう年にはならないというルールができました。本来、400年経つと、11分×400=4400分÷73時間、つまり約3日分の時間が増えてしまいます。そこで、うるう年を3回減らすことで、約3日分の時間を減らすことにしたのです。

たとえば、西暦2100年、2200年、2300年などは、例外に当てはまるため、うるう年にはなりません。西暦2400年は100で割り切れますが、同時に400でも割り切れるので、例外には当てはまらず、うるう年となります。なかなか複雑なシステムですね。

◎意外と知らない!? うるう年に関する豆知識

それでは、うるう年はなぜ2月にあるのでしょうか？ それは「2月が一番短い月だから」という理由だけではありません。古代ローマの1年は現在の3月から始まり、2月で終わりを迎えていました。そのため、わかりやすく最後の月となる2月に、うるう年を設定した、とされています。

また、2月29日生まれの人が、4年経たないと年をとらない…という事態が起こらないのにもちゃんとした理由があります。日本の法律では「年齢が増えるのは、誕生日の前日の24時」と定められていますから、毎年2月28日の終わりにきちんと1歳年をとるのです。

1月行事日程



- 10日（金）・・・味わい御膳昼食
- 13日（月）・・・新春梯子乗り（藤岡若鷲会）
- 15日（水）・・・お誕生日昼食会
- 17日（金）・・・合同行事 餅つき大会
- 23日（木）・・・手作りおやつ（お楽しみ）
- 23日～29日・・・理美容実施
- 27日～2月1日・・・まほろば温泉

施設の空き情報

【令和元年12月31日現在】

特 養 ☎0274 23-6520	現在、満床です。待機、空床待ちとなりますが、お申込みやご見学、ご相談は随時受け付けております。 要介護2以下の方もお気軽にお問合せ、ご相談下さい。【担当：下田、小茂田】
ショートステイ ☎0274 23-6520	1月→現在、空きがございます。 2月→先着順に予約受付しています。 1月以降についてはご相談下さい。 ロングショートに関しましても、受入が可能な場合がありますので、ご連絡下さい。調整させて頂きます。 なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合も、出来る限り対応させて頂きますのでご相談下さい。【担当：下田、小茂田】
グループホーム ☎0274 23-6520	現在、満床です。 空床待ちとなりますが、お申込みやご相談は随時受け付けております。 【担当：加藤】
デイサービス ☎0274 40-2022	月曜～土曜の全ての曜日に空きがございます。ご利用を希望される場合は、お気軽にご連絡下さい。 機能訓練については、専門職が担当しています。（理学療法士・按摩マッサージ師・看護師）【担当：平井、星野】