



まほろばだより

題字：井筒様

第106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

今年も、真ほろばの梅がほころび始め、春の訪れが感じられる季節となりました。今年は全国的な暖冬傾向の中、1月の前橋市の平均気温は平年より2・5度位高くなり、群馬県ではスキーやワカサギ釣りなどのレジャーに影響が出ているそうです。今後も暖冬傾向の予報ですが、寒暖差が激しい日もありますので、体調管理には十分お気を付け下さい。

さて、2月は節分の季節です。デイサービスでも節分に合わせたイベントとしてゲームや恵方巻昼食会等を予定し、伝統行事を楽しんで頂きたいと考えています。このほかバレンタインデーの日にはチョコレート味のカップケーキ作りも予定していますので、是非お楽しみにして下さい。

【ご家族様にお願い】

・ご家族にインフルエンザの症状が見られる場合は、熱が下がっても2日間は様子を見て頂き、他利用者への感染拡大防止のため、ご利用を控えて頂くようお願い致します。ご協力のほどよろしくお願い致します。

《1月行事報告》

●すごろくゲーム

午後のゲームで、お正月恒例の双六ゲームを行いました。4つのチームに分かれ、それぞれ一人ずつサイコロを振り、出た目の数を一緒に数えて駒を進めていきます。各マスには体操や歌などの『お題』が書かれていて、チームごとに賑やかにお題をクリアし、駒を進め、楽しみました♪



●藤岡若鷺会「新春はしご乗り」

毎年恒例の『新春はしご乗り』を藤岡若鷺会の皆様に披露して頂きました。迫力の技の披露に皆様、ドキドキされながら見物され、女の子の技披露の際は、「線が柔らかくて綺麗ね。」と話されていました。このほかにも「二人技が一番迫力があってよかったよ。」と皆様とても喜んで下さいました。



●餅つき大会

特養、GH合同で餅つき大会を開催しました。「もちが最初の練りが肝心だ。」と話され、利用者さま自ら、お手本を披露して下さいました。職員がお餅をつくタイミングに合わせて「ヨイシヨ」と掛け声をかけて頂き、つきたてのお餅は、『お雑煮・辛み・砂糖醤油・きな粉』などにして召し上がって頂きました。「やっぱりつきたてが一番だね。どれも美味しかった。」と今年も大好評でした。



●1月利用者様作品 (干支の置物、壁画)



暮らしの知識

◎節分・なぜなにについて

◎節分って何？

節分とは「季節を分ける」ことから「節分」といいます。現在では節分といえば立春の前日だけをさすようになりましたが、季節の始まりを示す立春、立夏、立秋、立冬の前日はいずれも節分です。今の様な節分の豆まきの風習は、元々おとなりの中国から伝わった儀式（ぎしき）です。鬼に扮した人を、矢などで追い払うものでしたが、それが次第に広がり、節分に魔物（まもの・わるいこと）をたじるとすることで、鬼のお面をかぶった人に豆をあてて、追い出そうとする現在の形になりました。昔は、魔物は季節のかわりめに出やすいと考えられていたのです。節分の日には、おそなえをしたいった豆を年男（その年の干支の生まれの人）が「鬼は外、福は内」と言いながらまきます。

◎どうして豆をまくの？

穀物（こくもつ）や、果物（くだもの）には「邪気（じゃき・わるいもの）をおいはらう力」があり、豆をまくことで邪気（じゃき・わるいもの）を払い、福を呼び込むと考えられているからです。

◎どうして「鬼は外、福は内！」って言うの？

鬼は外、福は内！鬼というのは、人の心に住んでいる悪い気持ちを指します。怒ったりや、欲張ったり、わるいことをしてしまう心です。人よりもっとお金持ちになりたいとか、もっと有名になりたいとか、ちょっとしたことですぐ怒ったり、お友達をいじめたり、いじわるをする心です。そんな心の中にある悪い心を外に出すために「鬼は外」と言い、この一年間、病気などにかからず、無事（ぶじ）にすごせることを願って「福は内」と言います。

施設の空き情報 【令和2年1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	2月→現在、空きがございます。3月→先着順に予約受付しています。4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、受け入れ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】

2月行事日程

- 3日(月)・・・恵方巻昼食
- 6日(木)・・・味わい御膳昼食
- 8日(土)・・・和太鼓演奏(藤岡市民太鼓)
- 14日(金)・・・手作りおやつ(チョコバナナケーキ)
- 15日(土)・・・お誕生日昼食会
- 20日～26日・・・理美容実施
- 24日～29日・・・まほろば温泉
- 28日(金)・・・駅弁昼食(秋田県 とりめし弁当)