



# まほろば老より

題字：利用者様

第46号  
〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2  
デイサービスセンターまほろば  
Tel. 0274-40-2022  
編集委員 星野・宇佐美

新たな年を迎え、皆様にとって本年も幸多き年になりますよう、心からお祈りいたします。

さて、今月は新春行事として、藤岡若鷺会による新春梯子乗り、藤岡市民太鼓による太鼓演奏の他、真ほろば主催の餅つき大会などのイベントを予定しております。毎年恒例のレク企画としてすごろく大会や、絵馬に願いや抱負を書いて頂く事などを考えております。

新春とはいえ、厳しい寒さもこれからが本番となりますので、体調には十分お気を付け下さい。

皆様には、本年もデイサービスまほろばで楽しい時間をお過ごし頂けるよう、職員一同頑張りますので、宜しくお願い致します。

## クリスマスイベント

### ★クリスマス会

クリスマスイベントで、20、22、23日の3日間、クリスマス会を行いました。職員がサンタに扮し、皆様にも帽子やカチューシャで仮装して頂き、輪投げや魚釣り、椅子カーリングを行いました。ゲームの優勝者の方から順番にくじ引きをして頂き、当たったクリスマスプレゼントをお持ち帰り頂きました。「何がプレゼントに入ってるかね?」「帰って開けるのが楽しみだね♪」と、とても盛り上がりました。



### ★クリスマスランチ

24日の昼食はクリスマス企画として、クリスマス特別ランチが用意されました♪  
可愛い容器の中に様々なお料理が入っている、見た目も華やかな懐石弁当と厨房特製のデザート2種類添えの楽しい昼食となりました。「今日来て良かった。美味しいね♪」と皆様大変喜ばれていました。



## 1月行事日程

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| 12日(月)・・・新春梯子乗り(藤岡若鷺会)  | 22日~28日・・・理美容         |
| 15日(木)・・・お誕生日昼食会        | 23日(金)・・・手作りおやつ(クレープ) |
| 17日(土)・・・ボランティア(藤岡市民太鼓) | 26日~31日・・・まほろば温泉      |
| 20日(火)・・・餅つき大会          | 30日(金)・・・ボランティア(小野地区) |

## 12月の利用者様作品【鏡餅の貼り絵、羊】



### しめ縄・しめ飾りの意味と由来

お正月が近づくとしめ縄やしめ飾りを施し、年神様を迎える準備をします。しめ縄には、神様をまつるのにふさわしい神聖な場所であることを示す意味があります。しめ縄が神の領域と現世を隔てる境界となり、その中に不浄なものが入らないようにする役目も果たします。その由来は、天照大神が天の岩戸から出た際に、再び天の岩戸に入らないようしめ縄で戸を塞いだという日本神話にあるとされ、「しめ」には神様の占める場所という意味があるとされています。

しめ飾りというのは、しめ縄に縁起物などの飾りをつけたものをいいます。代表的なのが、神様の降臨を表す「紙垂」、清廉潔白を表す「裏白」、家系を譲って絶やさず子孫繁栄を願う「譲り葉」、代々栄えるよう願う「橙」などです。

もともとは、神社がしめ縄を張りめぐらせるのと同じ理由で、自分の家が年神様をお迎えするのにふさわしい神聖な場所であることを示すために始まったといわれています。しめ縄やしめ飾りを施すことで、その内側が清らかな場所となり、年神様が安心して降りてきてくださるわけです。



### 施設の空き情報【平成26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。 (担当 下田、小茂田)
ショートステイ ☎0274-23-6520	全ての日に若干の空きがあります。 ご希望部屋により、調整が必要となる場合もあります。 なお、ご家族の急病等で緊急を要する場合は、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。 (担当 下田、小茂田)
デイサービス ☎0274-40-2022	月・火・水・木・金曜日は空きがございます。土曜日を希望される場合はご相談下さい。 (担当 平石、星野)

現在まほろばショートステイでは1月、2月分のショートステイの予約を受け付けております。先着順に予約を入れさせて頂いている為、ご希望の際は担当ケアマネジャーにご相談下さい。

### お元気講座

## 感染性胃腸炎について!



感染性胃腸炎とは、主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。代表的なウイルスとして、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス等があります。これらの胃腸炎は、症状のある期間が比較的短く、特別な治療法がないことから、ウイルス検査を行わず、流行状況や症状から「感染性胃腸炎」と診断されることもあります。

症状は、病原体により異なり、また個人差もありますが、下痢、嘔吐、悪心、腹痛、発熱などをきたします。ロタウイルスを原因とする場合は、便が白色になることもあります。また水のような下痢、血便となる場合も多いです。症状が重い場合は脱水症状をおこすこともある為、注意が必要です。

感染経路は、ほとんどが経口感染で、次のような感染経路があると考えられています。

1. 感染した人の便やおう吐物に触れた手指を介してノロウイルスが口に入った場合
2. 便やおう吐物が乾燥して、細かな塵と舞い上がり、その塵と一緒にウイルスを体内に取り込んだ場合
3. 感染した人が十分に手を洗わず調理した食品を食べた場合
4. ノロウイルスを内臓に取り込んだ二枚貝を、生または不十分な加熱処理で食べた場合などがあります。

### ☆予防のポイント

- ・大切なのは手を洗う事です。排便後、また調理や食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。
- ・便やおう吐物を処理する時は、使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、処理後は石けんと流水で十分に手を洗いましょう。

