



# まほろばだより

作品：井筒様、飯塚様

第119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・田辺

柔らかな春の日差しが嬉しい季節となりました。3月は桃や桜などの美しい花々が咲き、外出が楽しみな季節となります。今年も3月下旬頃にはソメイヨシノが開花すると予報されています。お天気の良い日には、運動にもなりますので外へ散歩に出掛け、真ほろば自慢の桜を楽しんで頂けたらと思います。

暖かい日が多くなって来ますが、まだまだ寒暖が定まらない時期ですので、衣服の調整には十分注意して下さい。また、花粉症の方にはつらい時期となりますが、マスクの着用やうがい、手洗いも有効です。早めの対策を行って、体調管理には十分お気を付け下さい。

## 【潤青会からのお願い】

- ・新型コロナウイルス感染症はいくらか落ち着いてきているようですが、引き続き、ご家族様もマスクの着用、手洗いの励行などをお願い致します。また、集団感染を未然に防ぐため、ご利用者さまが、少しでも下記の状態があった場合は、ご利用を控えて頂きたいと思っております。ご理解とご協力の程、宜しくお願い致します。
  - 熱が37.0℃以上の方
  - 体調不良（せき・鼻水・倦怠感・下痢・吐き気等）の方
  - 同居されているご家族様がコロナ感染症の疑いや、インフルエンザ等の症状がある場合。
- また、ご自宅での朝の『検温』は引き続きお願い致します。

- ・デイサービスで用意しているマスク以外に、予備のマスクを連絡袋の中にお願ひ致します。
- ・洗濯物を入れるビニール袋のご用意のお願いです。ビニール袋が有料となり、デイサービスでも用意することが困難になりました。お忘れないうち、予備として数枚、カバンに入れて置いて下さると助かります。

## ＜行事報告＞

### ●節分行事

節分の日には豆まき行事として、『鬼退治ゲーム』を行いました。床に並べた鬼の的に向かってボールを転がして倒して頂きました。

その後、鬼に扮した職員には、元気な掛け声と共に、お手玉をぶつけて鬼退治です。

昼食は恵方巻を用意し、恵方の『南南東』を眺めながら、召し上がって頂きました。「食べやすく、美味しかった。今年はいいい年になるといいね。」と楽しい一日になりました。

### ●バレンタイン点取りゲーム

バレンタイン企画は、バレンタインをイメージした点取りゲームを、皆様で楽しみながら作りました。ハート型の風船やハートのリースに向かってお手玉やボールを投げて頂き、得点を競ってもらうゲームです。お好きな方を思って投げて頂くようお願いすると、ゲームはとても盛り上がり、皆様からはたくさん笑顔が見えました。



### ●2月利用者様作品 (ハートのリース、壁画 [梅の花、節分、ひな祭り])



### 暮らしの知識 ◎お彼岸について

#### ●春彼岸と秋彼岸について

「お彼岸」は、「春彼岸」と「秋彼岸」の年2回、春分の日と秋分の日を合わせた7日間のことです。お彼岸の初日を「彼岸入り」、春分の日と秋分の日を「彼岸の中日」、7日目の最終日を「彼岸明け」と言います。春分の日と秋分の日が国民の祝日です。祝日法により、春分の日は「自然をたたえ、生物をいつくしむ日」、秋分の日が「祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ日」と定められています。

また、春分の日と秋分の日が昼と夜の長さがほとんど同じで、太陽が真西の方角に沈みます。仏教の考え方では、西にあの世が存在する場所があるとされています。そのため、春分の日と秋分の日が、あの世と最も距離が近くなる日と考えられました。

#### ●お彼岸の準備と迎え方

お彼岸は仏教行事の1つですが、日本特有の行事です。日本では、仏教が広まる前から、お彼岸の時期に祖先や自然に感謝する習慣がありました。日本古来の習慣と仏教の教えが結びつき、お彼岸は大切な行事となりました。お彼岸には、仏壇や墓石を掃除して墓参りをする他、寺との付き合いがある方は「彼岸会（ひがんえ）」と呼ばれる法要に参加するそうです。

お彼岸は、先祖や故人に思いを馳せることができる貴重な機会です。春彼岸も秋彼岸も、基本的な準備は変わりませんが、お供え物や花を季節に合わせる必要があります。年に2回あるお彼岸は、1年の中でも季節が穏やかな時期です。ぜひ家族で墓参りに行ってはどうでしょうか。

### 施設の空き情報

【令和3年2月28日現在】

特 養 ☎0274 23-6520	現在は入居しやすい状況となっています。随時、お申し込みやご見学、ご相談を受け付けておりますので、お問い合わせ下さい。要介護2までの方についてもお気軽にご相談下さい。 【担当：下田、小茂田】
ショートステイ ☎0274 23-6520	3月→現在、少しだけ空きがあります。4月→先着順に予約受付しています。5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、調整により、受け入れが可能な場合もありますので、ご連絡下さい。 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いただ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	現在は入居しやすい状況となっています。お申込みやご相談は、随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。 【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】

### 3月行事日程

- 3日(水)・・・ひな祭り昼食会
- 11日(木)・・・味わい御膳昼食
- 12日(金)・・・手作りおやつ

- 15日(月)・・・お誕生日昼食会
- 18日～24日・・・理容
- 22日～27日・・・まほろば温泉
- 27日(土)・・・ご当地昼食(岡山県デミカツ丼)