



巻頭の挨拶

心が浮かれるサクラの季節です。サクラで有名なのはソメイヨシノです。名前のソメイは、東京の駒込に江戸時代にあった染井という地名に由来します。ソメイヨシノは幕末から明治時代にかけて広まった新参のサクラです。オオシマザクラを父親に、エドヒガンを母親に持つ事が分かっています。同じ両親の種ならソメイヨシノが生まれるわけではありません。解析の結果、基本的にすべて同じ遺伝子を持っている事が確認されました。元をただせばたった1本から広まった事を意味します。日本には多種多様なサクラが生えています。個性豊かなサクラを心から愛でて、日本の風物詩である花見、日本文化の春を堪能しましょう。

ご利用者様の状態に合わせて
 手先のリハビリを兼ねた手作業の時間を
 毎日、午後（水曜日のみ午前）に
 設けています。
 手作業では、塗り絵、パズル、間違え探し、
 計算問題、壁画作りなど、様々な事を
 行っておりますが、今月はご利用者様が
 制作された塗り絵の作品をご紹介します。
 この作品は『上野恩賜公園 不忍池「桜」』
 という題で、片麻痺の方が制作されたもの
 です。塗り絵以外にも麻痺のある方や
 認知症の方などにも行って頂けるものを
 準備しております。



ご利用者様の作品紹介

あんばんよう ～老人の骨折について～

『ボケは骨折から始まる』とされているのをご存じですか？ 高齢者が骨折をすると、痛みの為体を動かすことが出来ず、身の回りの事も他人まかせとなり、生活意欲の低下をまねきその結果ボケが始まることがあります。ある調査では『寝たきり老人』の約20%は骨折がきっかけとなっているそうです。骨折する原因としては、第一に老人の半数以上が『骨粗鬆症』により全身の骨が粗く、すが入り骨折しやすくなっていること。第二に高齢の為動作が鈍くなり、転んだ際に反射神経や運動機能のつたなさもとで骨折する、などがあげられます。

これを予防するには、

1. カルシウムを沢山とる
 2. 日光浴をする
 3. 適度の運動をする
- などがあげられます。

日頃から以上に気を付け、骨折から身を守りましょう。

3月

作業クラブ「フラワーアレンジメント」



少しずつ暖かくなってきましたね。春になると沢山の花が咲き、見ていると華やかな気持ちになってきますね。ご利用者様にも華やかな気持ちを持って頂こうと思い、3月の作業クラブはフラワーアレンジメントを行いました。直径10cm位のバケツにオアシスを入れ、そこに桜・スイートピー・ガーベラ・菜の花・かすみ草を活着していただきました。一本一本長さや配置を考えながら活けられる方、「面倒くさい」と言われながら一度に全部活けられる方もみえましたが、どの作品もとても可愛らしい物が出来上がり、ご利用者様も作品を観て、笑顔でいらっしゃいました。ご自宅で飾って頂けるように、その日のうちにお持ち帰り頂きました。

個性あふれる
 作品作り

- 1 「梅の花 桜の枝と 競技する」
 (K. U様)
- 2 「梅の花 さくら荘の 今のころ」
 (T. O様)
- 3 「うぐいすの 喜びとふや 梅の花」
 (S. T様)

今月の俳句

毎月恒例の俳句クラブですが、
 3月19日に行われました。
 お題は、「梅の花」でした。
 ご利用者様の詠まれた俳句を
 いくつかご紹介いたします。

行事のご紹介



大口町企画展
 「ひなまつり」

3月は、大口町健康文化センター（ほほえみプラザ）で開催された季節の企画展「ひなまつり」の見学に出かけました。昨年も同時期・場所にて開催されており、「去年も行ったね」と言われる方もみえましたが、多くの方に参加いただきました。様々な時代（古いものでは明治時代）の雛人形が展示され、華やかな雛人形を見て毎年行かれる方も「良かったよ」という感想を頂きました。また、同じフロアにある歴史民俗資料館では、昔の生活道具や大口町の今昔を紹介する写真パネルなどがあり、皆さん懐かしい様子で見回られました。



職員
 紹介

<好きな言葉> 「やればできる」
 日々私は教わる事ばかりです。くじけそうな時はいつもこの言葉を胸に刻み仕事に励んでいます。

<好きな事> 旅行と買い物と食べる事
 先日台湾に行ってきました。映画「千と千尋の神隠し」のモデルと言われる街「九份（きゅうふん）」では、街並みも綺麗で日本人観光客がとて多かったです。いい街ですので、一度足を運んでみてください。

<今年の目標>
 美味しい物を食べるとつい沢山食べてしまい、毎年ふくふくと太ってきているので、体重を減らしたいと思います。こんな私ですが、元気をモットーにこれからも頑張りますので今後とも宜しくお願いします。



ケアスタッフ
 西村 安友奈

4月 行事予定	作業クラブ「鯉のぼり飾り」	ケーキの日	俳句クラブ
	4月9日(木) 4月10日(金)	4月15日(水)	4月16日(木)

※予定は変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。