

# ラップ パース ズ 新聞

2013.3.1

第6号



入居者様、職員共同作品

## 寒椿

■フラワーマークアートクラブの職員共同作品「寒椿」を製作致しました。出来上がった椿を飾る際には見事な仕上がりにすべく素敵ねと皆様より喜びの声を頂きました。

※正面玄関へ飾っておりますので、是非ご覧ください。



■環境美化・省エネ対策委員会より

昨年の秋の終わりに種を播いて育ててきたひまわりが、冬の寒さに負けることなく、皆さまに見守られながら、すくすくと成長し続け、二月上旬に元気に花を咲かせました。



そんなひまわりを見てみると、何だか私達のようにな、早く暖かい春が来ないかと待ちわびているようです。

昨年引き続き2階屋上庭園に花の苗を植えました。

「花の種類は「ビオラ」



「ヨクサクスマシレ」です。

その他にも育ててみたいお花等ございましたら、ぜひご相談下さい。今年もたくさん素敵な花を咲かせましょう。



【太田の散歩道】

みずき

第八回 世良田東照宮

世良田東照宮は、群馬県太田市国道三五四号線から南に入った世良田町に鎮座しています。

寛永二十一年（一六四四年）三氏將軍徳川家光公は、世良田が徳川氏の先祖の地ということから、日光東照宮古宮（元和年間造営の奥宮）を移築し、家康公をお祀りしました。奉斎にあたり、家光公から御神領二百石が寄進され、以後幕府の手厚い保護を受け、徳川家代々礼敬を尽くされました。

東照宮の御鎮座は文化、経済の発展を助長し、世に「お江戸見たけりや世良田へござれ」と謡われました。また、四月になると鏡内の桜が見事に咲きはこります。皆さまも出掛けてみてはいかがでしょうか？



■花粉症について

気温が高くなり始め、春の到来に嬉しさを感じつつ、今年も花粉症の季節となりました。

二〇一三年は昨年より全体的に気温が少し高めの予想が出ましたね。総飛散数は九州・四国は例年よりやや少なめ、中部地方・北海道は例年並み、そして、関東は例年の一・五倍ということから今春の予想は九州を除いて全体的に多く、昨年の三・七倍と十年前と比較すると二倍だそうです。その数は年々増えていて、今は花粉症ではない人までも健康が脅かされる日々が来るかもしれない状況といえます。何しろ治療法はまだ模索中の病気です。その為、対症療法や生活習慣の見直しが必要なのです。

我が家の息子も先日、アレルギー検査をしてきました。結果は、スギ花粉がレベル2というものでした。目のかすみや涙、充血、くしゃみや鼻汁が主な症状で、抗アレルギー薬は（副作用は眠気、だるさ）服薬してません。普通のメガネでも眼に入る花粉の量が二分の一に半減するので、これからの対策として考えている所です。私も鼻汁がずっと出るので、かぜなのか、アレルギーなのかと迷っています。

最新情報としまして、ポレノンスプレーをご存じですか？主成分はベクチンとクエン酸で花粉を固めて吸着してしまふので身体の中へは入らないしくみです。顔にシツとスプレーすれば六〜七時間の効果があり、サングラスやマスクも不要で、花粉症が出る前に使うのが秘訣だそうです。

皆様の中にももしかしたら？と置いていらつしやる方は以下の事項をチェックし、自己診断を試みましょう。

- ・花粉症ですか？
- ・一日のくしゃみの数は五回以上ですか？
- ・一日の花をかむ回数は五回以上ですか？
- ・鼻づまりがありますか？
- ・目のかゆみがありますか？
- ・肌のかゆみがありますか？
- ・喉の症状がありますか？
- ・体のだるさがありますか？
- ・日のうち症状がひどい時間帯は？
- ・生活への支障がありますか？

なるべく薬は頼らない対策をお勧めします。

入居者様・職員 文芸コーナー

【俳句・川柳】

T・M 様

雛壇に 娘の将来 想う母

春来たり 鼻も腫も 大忙し

言葉では 伝えきれない 思いあり

旅立つ君らに 書にして託す

T・K 様

中世の 兵士に似た マスクかな

インフルも 風呂と飯には 勝ちはず

日銀も ローマもそろって コンクラーベ

漢字検定（第四回）

こんにちは。皆さまお花は好きですか？今回はお花が好きなあなたへのサービズ問題です。春らしいものをそろえてみました。さあ、何問できるかな？

1 桜 2 水仙 3 鈴蘭 4 蓮華

5 福寿草 6 睡蓮 7 白詰草 8 蒲公英

9 蠟梅 10 土筆

※答えは前回同様「お知らせ」に掲載しますので答え合わせをしてみてください。





## ■二月レク「ワッフル作り」

二月十三日、各南ダイニングにて入居者様、職員と一緒にバレンタインにちなみまして、手作りのバレンタインワッフル作りを行いました。ワッフルの焼ける音に、入居者様、職員一同大興奮。ワッフルの上にチョコプレートや、いろいろなフルーツをトッピングをし、美味しそうに笑顔で召し上がっておいりました。

また、その中でも特に入居者様から好評だったのがココア味のワッフル!! これが美味しかったというお声をたくさん頂きました。



「節分豆まき」  
二月三日、各ダイニングにて豆まきを行いました。職員が赤鬼、青鬼の格好をして入居者様から鬼にたくさんの豆を、大きな声で「福は内、福は内、鬼は外」と撒いて頂きました。



鬼に扮した職員は、これはたまらんと、その場から去って行きまして。豆まき終了後は、おやつ時に、福茶を皆さまと一緒に召し上がりました。



## ひな祭りのごちそう

昔から日本では、お節句にはその季節の食べ物や飲み物を神様にささげ、ともに飲んだり食べたりすることで、「災いをはらう」という儀式をしていました。ひな祭りのごちそうにはどのような意味があるのでしょうか？ラップパズ太田のひな祭りメニューよりご紹介します。

### ・ちらしずし

魚や貝など春の味をたくさん盛り込んだお寿司です。色鮮やかな春色のお寿司を食べて、健康を願います。

### ・はまぐりの潮汁

春先に潮干狩りで採れる貝です。一對の貝殻だけがぴったりと合い、他の貝殻とは形が決して合わないことから、「大人になつて、良い相手と出会えますように」という意味を込めて使われます。

### ・ひなあられ

米粒を炒つたものと、小さなおせんべいのようなあられでできたものがあります。四季を表す四つの色に染められています。

ラップパズ太田では、三月三日の昼食がひな祭りメニューとなります。

どうぞお楽しみ下さい。



■今月の職員紹介は元氣100倍、明るさ抜群の女性職員をご紹介します。

### ■名前は？

S・Kです。

### ■特技&趣味は？

はぎれ布などで小物を作ること。最近、シユシユや巾着、座布団カバーを数個つくりました。趣味は読書、ブックオフに入店すると時間を忘れてしまいます。

### ■もしも願いが叶うなら？

写真でしか知らない祖母に逢つて話をしたい。理由は祖母や周りの親戚の人々より、生き写しのように性格が私に似ていたら嬉しいです。

### ■マイブームは？

料理が得意ではないですが、塩こうじを色々な料理に使っています。安いお肉も美味しくなります。



■看護師ではなかったらどんな職に就いていましたか？

専門的に洋裁を習い、装飾関係の仕事。

自分の力でウエディングドレスや、ワンピースなど作つてみたいです。

### ■座右の銘は？

初心忘れるべからず

### ■最後に自己アピールをどうぞ！

難しい質問なので息子に聞いたところ、芯が強くてぶれない、一匹狼の様なところと言われましたが、はて？どうでしょうか。

皆様が笑顔で過ごせます様に努力してゆきたいと思しますのでよろしくお願い致します。

春と言えば桜。入学式や花見など季節的に心躍る陽気となります。今回は『春を楽しむ上州路』と題し、この季節にピッタリな上州の名所を紹介したいと思います。私のなかで上州と言えば、甘楽町にある「楽山園」です。楽山園とは、江戸時代初期に織田氏によって造られた広大な庭園。広さは約2万3000平方メートル。周囲の野山を背景に庭園全体の眺めを構成する「借景庭園」が特徴で、復元された長屋は小幡藩邸のジオラマが展示され、ビデオ「織田宗家ゆかりの城下町甘楽町」で甘楽町を紹介されるそうです。ここで庭園の歴史や見どころを知ってから散策するのがお勧めです。園内で一番高い場所にある「梅の茶屋」の座敷からは、殿様気分で「城下」を眺める事ができるようで、皆様のなかではすでに足を運ばれた方はいらっしゃると思いますが、春の旅として、良い思い出をもう一度思い起こしてはいかがかと思えます。

続いては、上州といえば、富岡市にある、群馬サファリパーク。ここでは5大陸から集められた放し飼いの動物を、車や園内周辺バスに乗ったまま観察できます。パーク内の動物は100種1000匹。窓越しに迫る動物は迫力満点。「えさやり体験バス」に乗って、アメリカバイソンやシマウマ、ライオン等にえさやりができます。ゼブラ模様の「サファリバス」や飼育係のオフロードカーに同乗する「レンジャーツアー」もあります。インコやタビに親しめるバードパークやポニーの乗馬体験カ大観覧車など遊具のある遊園地もあるそうです。

皆さんのなかにはお孫さんで行った記憶もあるかと思えます。私も子供と行きたいと思っています。

今年の、桜の開花情報を皆様にお届けしたいと思えます。上毛新聞二月二十一日付桜の開花情報では、前橋公園は三月三十一日ごろとの事です。気象情報ウエザーニューズ（東京）は二月十八日今春の桜の開花予想を発表、前橋市の前橋公園は三月三十一日ごろ（昨年四月六日）になりそうだとしました。満開は四月七日ごろの予想です。強い寒波による冬らしい冷え込みと、2月初旬に気温が上昇したことなどで、開花は、例年並みか一部で少し早まる見込みです。前橋全体の開花傾向は三月二十九日（四月一日）（昨年四月五日）同月九日）としていきます。同社は「関東地方では、3月下旬に南部で開花が始まり、4月上旬にかけて桜前線が北上する」としています。気象庁が開花を「5、6輪咲いた状態」としているのに対し、同社は「1輪咲いた時期」と定義されています。全国の各所約730カ所を気象データなどから予想した気象情報ウエザーマップと日本気象協会も既に開花予想を発表、いずれも平年並みか少し早いとみているそうです。

最後に、いつか行つた、あの子との花見。家族との花見、思い出して下さい。きつと今年は何か違った春が訪れるかもしれません。

また、今年はラッパーズのお花見は早まるかもしれませんね。良い天気で満開の桜を楽しんでいただければと思います。みなさん、春の上州路と開花情報、楽しんで頂けましたでしょうか。今年も間もなく春が訪れます。普段とは違った景色、匂い、味をラッパーズでお楽しみください。



■3月の行事予定

- 3日 ひな祭りメニュー（昼食・おやつ）
- 6日 かくし芸大会
- 9日 地域交流  
「身近な食材が介護食デザート」
- 12日 選択メニュー  
傾聴ボランティア
- 16日 地域交流事業  
「老化を予防する」

■お知らせ

ラッパーズ新聞編集部に新たな戦力が加わりました。皆さまに親しみ「愛読いただけるように、楽しい新聞を作りたいと思います。これからもよろしくお願いたします。

漢字検定の回答。

- 1 さくら 2 すいせん 3 すずらん 4 れんげ
- 5 ふくじゅそう 6 すいれん 7 しろつめくさ
- 8 たんぼぼ 9 ろうばい 10 つくしでした。

【後記】

いつまでも寒い日が続いてると思っているうちに、確実に花の蕾もふくらみ、春の準備が進んでいるようです。ほのかなピンクの梅の花や桃や桜。見ているだけで心が優しくなります。花は疲れた身体に生気を与えてくれるそんな感じがします。花ニ鼻。

そう花粉の季節がやってきました。花粉症の方は目、鼻に症状があらわれ眠気にも悩まされている頃でしょうか？これからだんだんと暖かくなって花粉は風に乗る気持ちよさそうに舞ってきます。花粉対策をし乗り越えましょう。