

## 大人の為のバルーンアート教室

### 華麗なるバルーンアート



10月、毎週火曜日に4回にわたり鳥之郷行政センターで行われたバルーンアート教室に休日を利用し参加してきました。太田市内でバルーンのお店を構えている方が講師となり、誕生日会やハロウィンなど様々な場面を演出し盛り上げる事の出来る作品を教えてくださいました。

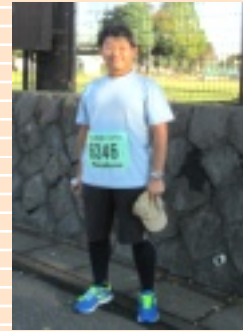
作品例としましては、イヌ、ウサギ、

キリン、ゾウ、クマといった動物から、りんご、ぶどう、かぼちゃ、おぼけの帽子、ハートや花束など。初心者でも簡単に出来るものもありましたが、複雑な工程を含むものもあり、バルーンアートに初めて触れた私にとっては難しい印象を受けました。

そんな私ですが、講師の方の丁寧で分かりやすい指導のもと何とか作品を作り上げる事ができ、有意義で楽しい時間を過ごす事が出来ました。

今後はこの教室で学んできた事を活かし、入居者の皆様の日常に少しでも楽しんで頂ける瞬間を提供できればと思っています。(N・K)

### ～ 今月の1枚 ～



10月27日「上州スバルマラソン」に参加しました。5km一般男子39歳以下に出場し、179名中90位、26分23秒で完走！天候にも恵まれ、とても走りやすかったです。また参加する機会があったら、今度は距離を延ばして参加したいと思います。(Y・K)

## 対策！インフルエンザ

### 元気に冬を過ごしましょう！

今年は例年より3カ月も早く、インフルエンザの集団発生が始まっています。インフルエンザとは、インフルエンザウイルスによって引き起こされる急性感染症のことで多くは上気道炎症状・呼吸器疾患を伴う流行性感冒といわれています。

日本などの温帯では、冬季になると季節性インフルエンザが毎年のように流行しています。11月下旬～12月上旬に発生の報告が出始め、12月下旬になると小さなピークと

なり、学校が冬休みに入ると小康状態になります。年が明けて1～3月に本格的なピークを迎え、4月～5月に収まるというサイクルがみられています。

まだ耳に新しいH7N9新型インフルエンザは平成13年3月末に人間への感染が中国ではじめて発表された、亜型Aインフルエンザウイルスによる流行です。現在では明確な人間から人間への感染は確認されていませんが、原因となる動物（自然

宿主）がはっきりしていない為、有効な対策がうてないのが現状のようです。

空気も乾燥し、寒くなるこれからの季節は、かぜをひきやすい時期です。うがいや手洗い、外出時のマスク使用を心がけていきましょう。

又、予防接種を受ける場合、アレルギー体質の方や、以前の接種後、高熱が出たり、接種部が腫れてしまったりということがあった方は、接種前に主治医に相談してみると良いと思います。

堀江病院の今年のインフルエンザの予防接種は、11月上旬に本館の移転もあるため、11月中旬以降の予定となっています。

ご迷惑をお掛け致しますが、ご了承下さい。

もしインフルエンザ（かぜ）にかかってしまったら・・・

- ・無理をしないで身体を休ませる
- ・感染を広げないように心がける
- ・なるべく水分を摂取する
- ・食べたい物、食べられる物を食べる
- ・身体を冷やさない
- ・薬を飲む

また、ウイルスの空気中の感染や活動を抑えるため加湿器などで室内の湿度を50%～60%に保つことも重要です。



## マイベスト～私の○○～！

私のベスト映画としてアカデミー賞主要3部門受賞の「戦場のピアニスト」を紹介したいと思います。

1939年、ナチスドイツがポーランドに侵攻したとき、シュピルマンはワルシャワの放送局で演奏ピアニストだった。ワルシャワ陥落後、ユダヤ人はゲットーと呼ばれる居住区へ移され、飢えや無差別殺人に脅える日々を強いられ、収容所へ移されるようになった。たったひとり収容所行きを免れ、決死の思いでゲットーを脱出する。砲弾が

飛び交い、街が炎に包まれる中、必死に身を隠し、食うや食わずで生き延び、心の中で奏でる音楽だけが彼の唯一の希望だった。だが、ある晩彼は一人のドイツ将校に見つかってしまう。

自らの体験を回帰した巨匠ロマン・ポランスキー監督・渾身の一本。その称賛の嵐は世界中に鳴り響いたそうです。ぜひ一度観てみてください。



(O・M)

## 今月のおすすめ！

私のオススメは太田市内にあるオギワラセイキの近くのパン屋さんです。外観・店内とも可愛らしいお店です。パンの他にもケーキもあり、その中でも私のオススメはモンブランケーキです。中には大きな栗が入っていてカスタードとスポンジの層になっていて甘すぎずソフトでまろやかな味のケーキです。外で食べられるスペースもありカフェのように過ごす事もできます。是非行って見て下さい。



(K・A)

## スタッフより一言

東京で開催された「大つけ麺博 日本一決定戦2」に行ってきました。今年は全国から選ばれた24店が日本一を目指して競います。私は前回優勝した、千葉の有名店のつけ麺を食べてきました。

さすが前回、優勝店のつけ麺！非常に美味しかったです。日本人はなぜ行列に並んで食べる程、麺類が好きなのか・・・(S・S)



## フォトアルバム10月

ラップーズ太田の行事や日常風景を写真にまとめました。

### 「10月28日群馬県民の日」



昼食にて「群馬県民の日メニュー」をご用意しました。その中でも「おっきりこみ」は小麦の生産が盛んな群馬の郷土料理です。季節の野菜や里芋をたっぷりの汁で、うどんを「切っては入れ」て煮込み食す様子から、自然とこの名がついたようです。また、主婦たちが忙しい中、栄養バランスに優れ、手早く大量に作れる料理として家庭に根付いたとも言われています。飾らないけど温かみのある、「群馬の母の味」の一つではないでしょうか。

### 「地域交流事業」



10月の地域交流事業は、「有料老人ホームを学ぼう！～種類と基礎知識」がテーマです。ラップーズ太田の生活相談員である倉林氏が、介護保険のしくみや有料老人ホームの種類など、わかりやすく解説。在宅支援センターほりえの富田所長にも来ていただき、後半の質疑応答では、介護認定や家庭介護の問題点、自立の高齢者のための支援についてなど質問は多岐にわたりました。参加者の皆様は、自身や家族の老後の生活についてとても積極的に考えていらっしゃる方が多く、とても盛り上がりました。

### 「誕生日会」



10月に誕生日を迎えられました入居者様の誕生日会を行いました。職員、他の入居者様と一緒にHappy Birthdayの歌を唄い賑やかに祝い！楽しい誕生日会になりました。皆様、お誕生日おめでとう！

### 「避難訓練」



年に2回、避難訓練を行っています。今回は消防の方に立会っていただき、入居者様も参加して、通報・避難・初期消火のポイントを再度確認しました。改めて訓練の重要性を感じました。

### 「おやつレク 焼きまんじゅう」



焼きまんじゅうの香ばしいかおりに、皆様それぞれ懐かしい思い出があるようで、いろいろなお話をされていました。慣れ親しんだ味に、おかわりをする人もたくさん！やっぱり食欲の秋だと思いました。

### 「秋の大運動会」



いつもラップーズへ慰問に来て下さる杉の子保育園児の運動会写真です。子供たちは日頃の練習の成果をいきいき、のびのびと一生懸命披露しました。天候にも恵まれ、笑顔溢れる楽しい運動会になりました。

【四方山話】 ▼秋の澄んだ空気につれて聞こえてくる運動会の軽快な音楽。定番といえば、徒競走で必ずと言ってよいほど流れる「天国と地獄」。これはジャック・オッフェンバックの大ヒット作、「地獄のオルフェ」というオペレッタの曲である。この曲だけは、世代を超えて運動会を代表する曲と言っても過言ではないと思う。▼時代で大きく変化されたのはお弁当。最近では芸術作品のような「デコ弁」が流行する一方で、保護者が忙しくコンビニのお弁当やお店へ食べに行く姿も見られる。そう。▼地域によっては保護者だけでなく、近所の人や職場の人まで参加し、みんなでバーベキューをしたりと宴会さながらに盛り上がる所もあるそう。自分の子供だけでなく、みんなで見守っていくことが当然だった頃の運動会。時代が変わっても残っていて欲しい。

### ☆11月の予定☆

- 7日(木) 運営懇談会 11:00～
- 13日(水) 沢野小学校4年生慰問
- 15日(金) お刺身御膳(昼食)
- 29日(金) セミナー付見学会 13:30～



### 文芸コーナー

朝顔の 名残惜しむや 咲き競ふ

秋深まりし 霧濃き今朝

裏富士を 五湖に映す オリジニック

T・K

E・Y

【編集後記】 肌寒い季節になり、葉っぱも色づいてまいりました。さて、先月開催されました三省会看護部主催、職員による「ソフトバレーボール大会」で、ラップーズ太田が優勝しました！必死にボールに食らいつき、みんなで拾ったボールをアタック！得点を重ねるにつれ、ラップーズ全職員の応援も熱を増し、声をからしてしまった職員も出てまいりましたが、みんなの熱い応援があったからこそ、優勝出来たのではないかと思います。

(上里代表の琥燐)

