# えんちゃん新聞

平成27年4月発行　第16号

## 豆まき大会

2月3、この日は節分ということで2階多目的ホールにて豆まき大会を行いました。入所者の皆様にはお面を着けていただき、職員扮する鬼に向かって思い切り豆を投げていただきました。

豆を投げた時の鬼の反応がとても面白かったようで、皆様満面の笑みでこの時間を楽しまれていました。

## おやつレク

2月14日、この日はバレンタインデーと言うことでチョコレートを使ったおやつレクを行いました。お皿の上に乗ったプリンにチョコソースをかけ、フルーツなども用意して思うままにデコレーションし召し上がっていただきました。

「昔はチョコレートを男性に渡すなんてことはできなかった」といった声も聞かれ、若いころの恋愛話などで盛り上がりました。柔らかいプリンとチョコソースの甘さにうっとりしながら、皆様普段よりも会話を弾ませておりました。

毎月、定期的におやつレクを行っていますが、今後も入所者の皆様に喜んでいただける内容を実施していきます。

## 梅・桜観賞会

2月27日は梅の花観賞へ、3月31日は桜の花観賞へ出掛けました。梅の花は南立石公園、桜の花は九州大学病院別府病院へ行き、可愛く咲いた花に皆様見とれていました。

また、急に暖かくなったと思うと桜も一気に満開となりました。心地よい風が吹く中の外出は皆様にとって最高の気分転換になったのではないでしょうか。自然に触れることで表情も豊かになり、写真撮影の際にはとても素敵な笑顔をされていました。

## ひな祭り　寿司バイキング

3月3日、多目的ホールにてひな祭りのお寿司バイキングを行いました。入所者の皆様だけなくご家族のにもご参加いただき、楽しいひと時をすごしていただきました。

マグロ・タイ・サーモン・エビ・玉子と数種類のネタを目の前で職員が握り、提供させていただきました。「どれにしようかな」と嬉しそうに選ばれている姿がとても印象的でした。この日はいつもと違った食事や雰囲気のお陰もあり、何度もおかわりをされる様子や、笑顔で食事される様子を見ることができ、とても微笑ましかったです。

このお寿司バイキング毎回大変好評をいただいており、入所者の皆様の楽しみの一つとなっているようです。

## 生花クラブ

2月20日・3月19日、生花クラブを行いました。スイートピー・チューリップなどの花を見て、「春だね」「黄色が可愛いね」と和やかに話をされていました。

思い思いに花を生け、綺麗な花を見て、とても楽しい時間を過ごしていただけたようです。

## 特集記事

### 花粉症対策

現在多くの方が症状に悩まされている花粉症。くしゃみや鼻水、目のかゆみの対処法をご紹介します。

**鼻** 鼻の中に花粉やほこりを取り除くための鼻洗浄は有効です。しかし、塩素を含む水道水を使用すると粘膜を傷つけてしまうため、細胞液や体液に近い生理食塩水を使用しましょう。

**目** 涙は異物を洗い流してくれます。目の洗浄をする際は、市販の人口涙液を使用してください。涙と違う成分の水道水で洗浄すると、目の細胞を傷つけ、涙を洗い流してしまいます。また、目の悪い方は乾燥を避けるため、コンタクトレンズではなくメガネを使用しましょう。

### ～豆まきの由来～

節分とは本来「季節を分ける」つまり季節が移り替わる節目を指し、立春・立夏・立秋・立冬それぞれの前日に計4回ありました。ところが、日本では立春は1年のはじまりとして、とくに尊ばれたため、次第に節分といえば春の節分のみを指すようになっていったようです。

節分には豆をまきますが、これは中国の風習が伝わったものとされ、無病息災を祈る意味があります。

豆まきは一般的に、一家の主人あるいは「年男」が豆をまくものとされていますが、家庭によっては家族全員で、というところも多いようです。家族は自分の数え年の数だけ豆を食べると病気にならず健康でいられると言われています。

## 行事のお知らせ

4月2日　1F書道
4月4日　Cユニット書道
4月11日　さくら祭り
4月15日　生花クラブ
　　消防訓練
4月18日　Dユニット書道
4月22日　合同運動レク

## 今月のえんちゃん

ぽかぽか陽気が続き、ついついお庭でうとうとしちゃうえんちゃんです。

## 編集後記

4月11日に（土）に第8会さくら祭りを開催致します。地域の皆様との交流の場としても大変貴重なイベントとなります。ご家族の皆様にも是非ご参加いただき、入所者の皆様との楽しい時間を共有していただきたいと思っております。

また、新年度を迎え偕楽園にも新しい職員が加わりました。この新しい職員と共に、今後も入所者の皆様が穏やかに過ごしていける環境を作っていきます。