かずさ

5月号

平成三〇年五月号　発行責任者　上総園々長
編集者　生活相談員

野も山も美しい若葉におおわれています

田植えも賑やかに、さわやかな若葉の風が野山から吹いて過ごしやすい季節になってまいりました。

さて、今月号のかずさは、本年度の新任・異動職員の紹介や一一日に行われる母の日行事のお知らせをしています。

それでは今月号のかずさも最後までお楽しみください。

五月の予定

七日（月）	理髪（Ａ館）
八日（火）	書道教室
九日（水）	口笛ボランティア
	フロア懇談会（Ａ館）
一〇日（木）	フロア懇談会（Ｂ館）
	歯科訪問診療
一一日（金）	母の日行事
一四日（月）	衣類出張販売
一五日（火）	理髪（Ｂ館）
	ボランティア
一六日（水）	映画上映会
一七日（木）	歯科訪問診療
二一日（月）	理髪（Ａ館）
	精神科医師往診
二二日（火）	理髪（Ｂ館）
二四日（木）	精神科医師往診
二八日（月）	理髪（Ａ館）
二九日（火）	理髪（Ｂ館）
三一日（木）	歯科訪問診療
	報告会

口笛ボランティア

なつかしの童謡や歌謡曲など皆さんのリクエストにお応えしながらの口笛によるコンサートを開催しています。第一水曜日午後三時より開催する予定です。場所は開催月により異なりますので、職員にお尋ねください。どなたでもご覧いただけますので、ぜひお集まりください。

B館２階でおでんを作りました

月一回、各フロアに調理員が伺い、おやつを作っています。今回は、おでんを作りました。屋台やメニューを手作りし、四月一七日にB館二階で行いました。おでんと飲み物を選んでいただき、みなさん美味しいと好評でした。

新任職員紹介

☆質問内容☆
①趣味　②好きな食べ物
③長所　④ひとこと

W.A（介護課）

① 映画観賞
② チョコとクッキー
③ ポジティブなところ
④ よろしくお願いします。

S.K（介護課）

① 音楽をきくこと
② お寿司・甘いもの
③ 落ち着いているところ
④ 一生懸命頑張りたいです。

E.S（介護課）

① カラオケ
② カレー
③ 明るいところ
④ 一生懸命頑張りますので、よろしくお願いします。

A.M（介護課）

① カラオケ・音楽を聴く・ドライブ
② ラーメン・プリン
③ ポジティブなところ
④ これから、笑顔いっぱいで頑張ります。

B.K（介護課）

※デイサービスからA館2階に異動

① 猫と遊ぶこと　② 和菓子
③ コツコツ頑張れるところ
④ 一生懸命頑張るので、これからもよろしくお願いします。

端午の節句

五月五日は子供の日です。各フロアで五月人形や鯉のぼりを飾っています。またB館一階ロビーには鎧兜を飾っていますので、お立ち寄りの際はご覧下さい。

懐かしの…

映画上映会のお知らせ

弥次喜多道中

○内容
八丁堀に住む弥次郎兵衛と喜多八。宵越しの金はもたねぇ、と粋がるチャキチャキの江戸っ子だが…

○出演
市川雷蔵　林成年

○日程
五月一六日（水）

全館放送を行いますので、ご覧になる方はテレビをＩＩチャンネルに合わせてお楽しみください。

掲示板

母の日行事について

五月の第二日曜日は母の日です。母の日は家族のために尽くしてくれる「お母さん」をねぎらい、感謝の気持ちを表す日です。

上総園では五月一一日に女性のみなさんにカーネーションをプレゼントする予定です。お楽しみにしてください。

４月の主な出来事

第９０回記念選抜高校野球大会

第９０回記念選抜高校野球大会は４日、兵庫県西宮市の阪神甲子園球場で決勝が行われました。大阪桐蔭は、智弁和歌山を５―２で破って２年連続３度目の優勝を決め、史上３校目の大会連覇を達成しました。大阪勢の選抜優勝は通算１１度目で、都道府県別の優勝回数は単独トップに立つ。大阪桐蔭は夏の４度の優勝を合わせ、甲子園での決勝は春夏７戦全勝となりました。

世界最高齢男性　ギネス世界記録に認定

足寄町茂足寄の野中温泉に暮らす１１２歳の男性が１０日付で、男性の世界最高齢としてギネス世界記録に認定されました。ギネスワールドレコーズジャパンの担当者が「存命中の世界最高齢の男性」（１１２歳と２５９日）を証明する公式認定証を本人へ手渡しました。

ボストンマラソン

アメリカのボストンで１６日、伝統のボストンマラソンが行われ、男子では川内優輝選手が２時間１５分５８秒で１位でフィニッシュし、優勝を果たしました。川内選手はボストンで１６日に１２２回目を迎えたボストンマラソンに出場し、風が強く、雨も降る状況の中、粘りの走りを見せました。ボストンマラソンで日本選手が優勝するのは、１９８７年の大会で優勝した瀬古利彦さん以来で、３１年ぶりとなりました。

コミュニティ情報

《人形感謝祭　　５月９日》

福寿寺の境内の樹齢３５０年の新緑萌ゆる大銀杏の下で開催される人形感謝祭。ひな人形などの人形供養が行われます。南房総の初夏の風物詩として、県内外から人形、ぬいぐるみ、こけしなどを持参する大勢の参加者で賑わう予定です。

《潮干狩り》

木更津６海岸・富津１海岸で、夏にかけて潮干狩りができます。特別な色のアサリをみつけるとプレゼントがもらえる潮干狩り場もあるそうです。みんなで宝物を探しに出かけてみてはいかがでしょうか？

保健・医療・福祉情報

～禁煙について～

５月３１日は世界保健機関（ＷＨＯ）が定める「世界禁煙デー」です。厚生労働省では世界禁煙デーに始まる１週間（５月３１日～６月６日）を「禁煙週間」と定めています。今年度は「２０２０年、受動喫煙のない社会を目指して～たばこの煙から子ども達をまもろう～」と禁煙週間のテーマとしています。喫煙者が吸い込む煙と同じくらい周囲の人が吸い込む煙は有害です。受動喫煙をなくすためには、禁煙することが唯一の対策です。

以下の症状があったら、ニコチン依存症かもしれません。

- ☐ 自分が吸うつもりの本数より、ずっと多い本数のたばこを吸ってしまう。
- ☐ たばこが吸えないような仕事やつき合いを避けたことがある。
- ☐ 禁煙や本数を減らした時、たばこが欲しくてたまらなくなることがある。
- ☐ 吸う本数を減らした時、イライラする、怒りっぽくなる、憂うつになる、頭痛がするなどの症状がでたことがある。
- ☐ 病気で身体がつらいにもかかわらず、たばこを吸ってしまったことがある。

たばこを吸うと寿命が8～10年短くなり、癌を発症する原因になるといわれています。医療機関に相談し禁煙を始めましょう。

厨房便り

新緑がまぶしい季節を迎え、初夏を思わせる陽気になってきました。今月は二日に「ピースごはん」とおやつに「抹茶水ようかん」をご用意します。また、一一日には一三日の母の日にちなみ「母の日祝い寿司」をにぎり寿司の形でご用意する予定です。そして、今月の手作りデザートは「キャロットケーキ」を二八日に予定しています。今月も行事食をお楽しみください。

＜ピースご飯＞

＜握り寿司＞

編集後記

上総園の情報はホームページからもご覧いただけます。
⇒http://www.kazusaen.jp　検索

様々な草花が鮮やかに咲く季節になりました。年々花が咲く時期が早くなっているように感じますが、花を眺めるのはいいものですね。

上総園の周辺もハナミズキや藤の花が見ごろとなっています。過ごしやすい陽気になってきましたので、みなさんも天気が良い時は散歩しながら綺麗に咲いている花をご覧ください。

（H）