かずさ

3月号

花が春の便りを告げています

梅や桃の花が咲き誇り少しずつ春の訪れを感じられる季節になってきました。

さて、今月号のかずさは二月三日に行った節分行事の様子を特集しています。また三月三日はひな祭りということで、雛人形の写真も掲載していますので、是非ご覧ください。

それでは、今月号のかずさも最後までお楽しみください。

平成二九年三月号　発行責任者　上総園々長
編集者　生活相談員

三月の予定

一日（水）	防災訓練
三日（金）	口笛ボランティア
六日（月）	ひなまつり行事
七日（火）	理髪Ａ館
八日（水）	書道教室
九日（木）	懇談会（Ａ館）
一一日（土）	懇談会（Ｂ館）
一三日（月）	歯科訪問診療
一四日（火）	入所者お楽しみの日
一五日（水）	衣類出張販売
一七日（金）	木更津病院医師往診
二〇日（月）	理髪Ｂ館
二一日（火）	補聴器センター
二三日（木）	映画上映会
二五日（土）	彼岸供養
二七日（月）	理髪Ａ館
二八日（火）	理髪Ｂ館
三〇日（木）	ボランティア
三一日（金）	病院医師往診
	歯科訪問診療
	入所者家族懇談会
	理髪Ｂ館
	全体レク
	歯科訪問診療
	報告会

節分行事

2月3日に節分行事を行いました。みんなで鬼打ち豆をなげて、鬼たちを見事退治できました。今年もみなさんが健康に過ごすことができますね。

上総園写真館

フロアでは毎月、誕生会を行っています。今回は2月にはケーキや和菓子を食べたり、歌を歌いお祝いをしています。

まだまだ寒い日が続いていますが、上総園の周りにも春の気配を感じるようになりました。梅の花が咲き、つくし、ふきのとうなども芽がでていました。上総園の敷地内に芽をだしていたふきのとうをフロアで天ぷらにして食べました。

雛人形を飾りました

３月３日はひな祭りです。毎年飾っている雛人形を今年もB館１階ロビーに飾りました。七段飾りでとてもきれいな雛人形です。まだご覧になっていない方は、是非見に来て下さい。

また、各フロアでも様々なひな祭りに関連した掲示物を飾っていますので、色々と探してみて下さい。

懐かしの…

映画上映会のお知らせ

花と竜

○内容
中国大陸に向かって意気盛んな明治を背景に、波乱に富んだ沖仲仕、玉井金五郎の生涯を描く。

○出演
石原裕次郎
浅丘ルリ子

○日程
三月一五日（水）

全館放送を行いますので、ご覧になる方はテレビのチャンネルを11チャンネルに合わせてお楽しみください。

掲示板

春の家族懇談会・面会制限について

《春の家族懇談会について》
三月二五日（土）に春の家族懇談会を開催します。上総園Ｂ館一階ロビーにて、一〇時三〇分より行います。今回の懇談会では介護保険制度や高齢者施策の動向についての説明を行う予定です。多くのご家族のご参加をお待ちしております。

《面会制限について》
インフルエンザ警報の発令に伴い、一月六日より全ての方の面会を謝絶とさせていただいておりましたが、三月四日（土）より面会制限を解除することとなりました。ご協力ありがとうございました。

2月の主な出来事

グラミー賞

アメリカ音楽界で最高の栄誉とされる「グラミー賞」の各賞が発表され、イギリスを拠点に世界各地で活動を続けるピアニストの内田光子さんが参加したアルバムが「最優秀クラシック・ソロ・ボーカル・アルバム賞」を受賞しました。グラミー賞はアメリカの音楽界で最も権威がある賞とされていて、今回で59回目となります。内田さんは静岡県出身の68歳で、これまでに数多くの国際コンクールで上位入賞を果たし、6年前のグラミー賞でも、最も優れた演奏家を選ぶ最優秀インストゥルメンタル・ソリスト演奏賞を受賞しています。

フィギュア四大陸選手権

四大陸選手権は、来年のオリンピック本番と同じリンクで開かれ、18日女子フリーが行われ、SP4位の三原舞依はフリーでもほぼノーミスの会心の演技で自己ベストの134・34点をマーク。合計でも自身初、日本女子では、浅田真央、安藤美姫、宮原知子に次ぐ4人目の200点超えとなる200・85点をマークし、逆転優勝しました。

最終日の19日は男子シングル後半のフリーが行われました。前半のショートプログラム3位からの巻き返しを狙った羽生選手は、スピンとステップも最高難度のレベルと評価され、2位になりました。また、ショートプログラムで初の100点超えで2位だった19歳の宇野選手は、自己ベストを出して3位に入りました。

コミュニティ情報

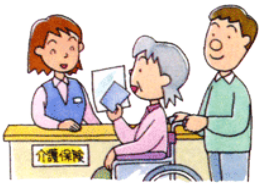
《保田川頼朝桜の里　竹灯篭まつり　3月4日》

保田川沿いの頼朝桜が、地域住民有志による手作りの竹灯篭やろうそくのやわらかい光で照らされます。夕暮れ時には権現橋周辺が約2000個の灯りに包まれ、幻想的な空間が作り出されます。

《マザー牧場の梅》

マザー牧場にある約5000平方mの梅園では、150本ほどの梅の木が美しい花を咲かせ、春の匂いを漂わせます。広大な敷地では、この時期、動物とのふれあいイベントや、いちご狩り、フルーツトマト狩りなども楽しめ、週末には行楽を楽しむ人々で賑わいます。

保健・医療・福祉情報



《花粉症について》

現在、日本人の約25%が花粉症だといわれています。花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれています。アレルギー性鼻炎は、原因物質（アレルゲン）の種類によって2つに分類されます。

《対策について》

●外出を控えめに

花粉の飛散の多い日は特に注意が必要。1日のうち飛散の多い時間帯（午後1時～3時頃《注：地域によって差があります》）の外出もなるべく控えましょう。

●外出時は完全防備

帽子・メガネ・マスク・マフラーを身につけて。コートもツルツルした素材を選びましょう。

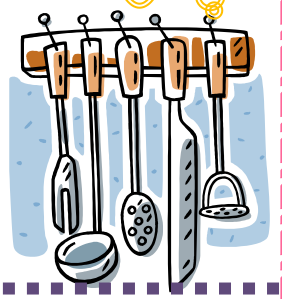
●帰宅時は玄関でシャットアウト

衣服・ペットなどについた花粉は、きちんと外ではらって玄関でシャットアウト。

●帰宅後は洗顔やうがいを

体についた花粉はきちんと洗い流しましょう。毎日の習慣として心がけましょう。

厨房便り



春一番が吹き、梅の花がきれいに咲いている季節を迎えました。

三月は、三日がひな祭りのため、お昼に「五目ちらし寿司」、おやつに「甘酒」と「上用まんじゅう」を提供する予定です。

また、二八日は今が旬のいちごのデザートを予定しています。楽しみにしていてください。

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

季節が一巡し、また春が訪れようとしています。今年度は一一月に雪が降りましたが、一月、二月は積もるほどの雪は降りませんでした。梅の花や河津桜が咲き始め、もう雪の心配はなさそうです。

さて、新聞「かずさ」も平成二八年度は今月号が最後となります。一年間、ご覧いただきありがとうございました。平成二九年度もみなさんと上総園の思い出を共有して楽しんでいただけるよう、目指していきたいと思います。

（T）