



たのしいひな祭り

新しい年が明け、早2カ月が過ぎました。1月は「行く」、2月は「逃げる」、3月は「去る」とはよく言ったもので、時の早さに少々戸惑いを感じております。

さて、3月といえば3日の“ひな祭り、桃の節句”を思い浮かべる方もいらっしゃるかと思います。女の子の健やかな成長を祈る節句ですが、もともとは五節句（人日・上巳・端午・七夕・重陽）の一つで、上巳の節句の旧暦の3月3日は桃の花が咲くころということで、“桃の節句”と呼ばれるそうです。

当日は、ひな人形を飾り、雛あられや菱餅を供え、白酒やチラシ寿司などの飲食を楽しむのが一般的です。ひな人形を飾る時期としては、立春が過ぎ、2月の中旬から遅くとも2月24日頃までには飾ることが良いとされています。また、よく雛人形は節句が終わったらすぐに片付けた方が良いと言われますが、その由来として雛人形は子どもの災厄を身代わりとなって守ってくれるため、長い間身近においておかないで早くしまわなければ縁起が悪いと言われています。さらに「雛人形の片付けが遅れるとお嫁に行くのが遅くなる」という話は、いつまでも雛人形を飾っておくと梅雨も近づき、カビの心配もあることから「片付けも満足にできないようではきちんとした女性になれない、良いお嫁さんになれない」という戒めのためとも言われています。

また、3月は卒業や別れのシーズンでもあります。別れを惜しみつつ、新たな出会いや新たな季節に向けて、気を引き締めていきたいものです。

「ひさかたの 光のどけき 春の日に しづ心なく 花の散るらむ」

作者：紀友則

意味：こんなにのどかな光が差している春の日に、どうしてあれほど
 慌ただしく落ち着いた心もなく桜の花は散っていくのだろうか。

3月

行事予定表

済生会鹿児島地域福祉センター

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
※GHハイランド ※GH5丁目 ※武デイ	→ グループホーム武岡ハイランド → グループホーム武岡5丁目 → 武岡台デイサービスセンター	☆ 武岡台デイサービスセンター パワーリハビリ・カラオケ・生活リハビリ等 レクリエーションを毎日、日替わりで行っています！			1 ケアハウス：カラオケ倶楽部 GH5丁目：音楽倶楽部 武デイ：ボール落とし 武デイ：ミニひな壁掛け	2 武デイ：紙コップタワー 武デイ：ミニひな壁掛け
3 GHハイランド：ひな祭り GH5丁目：ひな祭り 特養：ひな祭り 武デイ：オセロ	4 武デイ：大風船バレー 武デイ：豚汁	5 なでしこの杜：喫茶 武デイ：紙飛行機飛ばし 武デイ：豚汁	6 ケアハウス：音楽倶楽部 武デイ：紙コップけん玉 武デイ：単語・穴埋めゲーム	7 武デイ：テーブルカーリング 武デイ：生花アレンジ（黄）	8 GH5丁目：音楽倶楽部 ケアハウス：誕生会（ひな祭り） なでしこの杜：カラオケ 武デイ：紙コップタワー 武デイ：生花アレンジ（白）	9 ケアハウス：美術倶楽部 武デイ：ボール落とし 武デイ：生花アレンジ（ピンク）
10 武デイ：お花ストラップ	11 GHハイランド：臨床美術 武デイ：色々引越し 武デイ：お花ストラップ	12 なでしこの杜：歌声喫茶 武デイ：大風船バレー 武デイ：オセロ	13 ケアハウス：抹茶倶楽部 武デイ：テーブルカーリング 武デイ：焼うどん	14 武デイ：紙コップけん玉 武デイ：焼うどん	15 特養：音楽療法 ケアハウス：カラオケ倶楽部 GH5丁目：音楽倶楽部 武デイ：ストロー吹き矢 武デイ：連想ゲーム	16 武デイ：ストロー吹き矢 武デイ：炒り豆腐
17 ケアハウス：あん摩マッサージ 武デイ：炒り豆腐	18 GHハイランド：臨床美術 武デイ：ストロー吹き矢 武デイ：オセロ	19 ケアハウス：映画倶楽部 なでしこの杜：喫茶 武デイ：色々引越し 武デイ：蝶ブローチ	20 ケアハウス：音楽倶楽部 武デイ：紙飛行機飛ばし 武デイ：蝶ブローチ	21 なでしこの杜：誕生会 武デイ：ボール落とし 武デイ：単語・穴埋めゲーム	22 GH5丁目：音楽倶楽部 武デイ：紙風船相撲 武デイ：カレンダー	23 ケアハウス：美術倶楽部 武デイ：スティックボーリング 武デイ：カレンダー
24 武デイ：カレンダー	25 武デイ：テーブルカーリング 武デイ：春のカード	26 なでしこの杜：歌声喫茶 武デイ：紙コップけん玉 武デイ：つるし桜	27 ケアハウス：抹茶倶楽部 武デイ：大風船バレー 武デイ：つるし桜	28 武デイ：ストロー吹き矢 武デイ：白菜の煮浸し	29 特養：音楽療法 武デイ：スティックボーリング 武デイ：白菜の煮浸し	30 GH5丁目：誕生会 武デイ：紙風船相撲 武デイ：連想ゲーム
31 武デイ：春のカード						

調理レクリエーションが人気です

現在、武岡台デイサービスでは手作業レクリエーションや運動レクリエーション等、様々な活動を実施していますが、その中で特に人気があるのが調理レクリエーション！

この調理レクリエーションは利用者様でグループを作り、野菜を切ったり・・・味付けをしたり・・・皆で協力をしながら調理をしていきます。調理は、春には桜餅、夏にはゴーヤチャンプル、秋にはきのこの味噌汁、冬にはぜんざい等季節に合わせた調理をしています。

また、自宅でも調理をする方もいるので野菜炒めや和え物等、簡単な調理もしています。

これからも在宅での生活に役立つ様に様々なレクリエーション活動を実施していきたいと思います。

武岡台デイサービスセンター

花盛りの季節へ

一雨ごとに暖かくと言いますが、段々と寒さも和らぎ草木も彩を増し、冬の終わりを感ずる季節になりました。

そんな中、シルバーフラット武岡台でも春を感じる出来事がありました。入居者様が育てていた、アネモネが咲いたのです。

入居者様で協力し合い、雨や風の強い日には、鉢を軒先に移動させ、天気の良い日には、日当たりの良い場所に移動し、手塩に掛け育てていたアネモネでしたので、皆様非常に喜ばれて「まゝ、きれいねえ。」「もう春だね。」笑顔で話されていました。

これからも、入居者様が楽しみを持ちながら、また季節を感じながら生活できるように少しでもお手伝い出来るようなシルバーフラット武岡台でありたいと思います。

シルバーフラット武岡台