

ふれあい

発行 知立市福祉の里八ツ田身体障がい者デイサービス（地域活動支援センター）

知立市八ツ田町泉43番地 Tel 45-7287 （講座直通）
（知立市福祉の里八ツ田内） Tel 82-8833 （代 表）



みなさんが休講の間に、福祉の里の桜は
例年通りきれいに咲いていました。

福祉の里の桜

みなさんお元気ですか？

みなさんいかがお過ごしですか？

4月14・15日に、マスクと予定表のお届けとともに、利用者さんの様子を伺いに、1件ずつ訪問させていただきました。お会いできた方は、みなさん笑顔で出迎えてくださり、お元気な姿を拝見する事ができたので、ひと安心しました。しかし、家にいることが多いので、どうしても歩きにくくなったとか、先が見えない事、何かあってもすぐに病院に行けない事への心配…など、やはりみなさん同じ不安を抱えておられました。

コロナ関連のニュースが連日流れ、感染への恐怖や自粛等のストレスで、相当コロナ疲れもあるかと思えます。しかし、まだ予断を許さない状況にかわりはないので、大変ですが引き続きお気を付けください。体調が悪い時や、熱がある時は無理をせず、指定機関にご相談ください。既に実行されていると思いますが、3密を避け、社会的距離を保ち、マスク・うがい・手洗い消毒を徹底していきましょう。講座再開後も、しばらくはマスク着用と、入室前の手指のアルコール消毒をお願いするかもしれませんので、その際は、ご協力よろしくをお願いします。

下図は、感染対策のポイントです。もう一度ご確認ください。

人との接触を8割減らす、10のポイント

参考資料1

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。
新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守るよう、日常生活を見直してみましょう。

1 ビデオ通話で オンライン帰省 	2 スーパーは1人 または 少人数で すいている時間に 	3 ジョギングは 少人数で 公園は すいた時間、 場所を選ぶ 
4 待てる買い物は 通販で 	5 飲み会は オンラインで 	6 診療は 遠隔診療 定期受診は間隔を調整 
7 筋トレやヨガは 自宅で動画を活用 	8 飲食は 持ち帰り、 宅配も 	9 仕事は 在宅勤務 通勤は医療・インフラ・ 物流など社会機能維持 のために 
10 会話は マスクをつけて 	3つの密を 避けましょう 1. 換気の悪い密閉空間 2. 多数が集まる 密集場所 3. 間近で会話や発声をする 密接場面	
		手洗い・ 咳エチケット・ 換気や、健康管理 も、同様に重要です。



今月の雑学



5/5 立夏

この日から立秋（2020 年は 8 月 7 日）の前日までが暦の上での夏とされ、山々に緑が茂り、田植えなどの農作業が最盛期を迎えます。

5月を「さつき」というのはなぜ？

5月は田植えをする時期であることから、昔、「早苗月」と呼ばれていました。そこから、言葉が短くなり、「皐月」といわれるようになりました。ちなみに5月の異名はほかに、「菖蒲月」「仲夏」があります。

今が旬の食材を食べよう

栄養価の高い旬の食べ物を食べて、元気な身体を作りましょう。

- ソラマメ
- アジ
- 新じゃが
- ワカメ
- カツオ
- さやえんどう
- 新玉ねぎ



「松竹梅」のそれぞれの意味は？

松竹梅は、等級を表す際に用いられることがありますが、昔は「松竹梅」に優劣はありませんでした。そば屋やすし屋のメニューで、「特上・上・並」を「松・竹・梅」に置き換えたことがきっかけといわれています。

【松】1年中葉の色が変わらないことから、「常盤木」と呼ばれ、縁起の良いものとされている。

【竹】枯れることなく新しい芽を出し真っ直ぐ伸びていくことから、子孫繁栄の象徴とされている。

【梅】厳しい寒さの中でも最も早く春を知らせてくれることから、気高さや長寿の象徴とされている。

田植前線と桜前線の不思議

田植えは、早い地域では2月下旬、遅い地域では6月中旬頃に行われます。一番早いのは、沖縄県で桜前線と同じですが、九州地方は北海道よりも遅い時期に田植えを行います。稲は寒さに弱く、十分な日照時間がなかったり気温の低い日が続くと、モミの中に米粒ができず、病気になってしまいます。そのため、気温が低くなる前に稲を収穫する必要があり、北海道などの寒い地域では九州地方よりも早い時期に田植えが行われます。

令和2年5月 デイサービス講座予定表

上段 午前

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					休  講	
3	4	5	6	7	8	9
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日	休  講		
10	11	12	13	14	15	16
休館日		休		講		
17	18	19	20	21	22	23
休館日		休		講		
24	25	26	27	28	29	30
休館日		休		講		
31						
休館日						

※ 5月は全講座休講になっていきますので、ご注意ください。

10:00～12:00 て作りえほん・オカリナ・ペン習字・ちぎり絵・フラワーアレンジメント・音楽療法・布の小物作り・太極拳書道・歌う会

13:30～15:30 パソコン・パッチワーク・やさしい英会話・笑いヨガ
カラオケ・おえかきクラブ・陶芸・健康体操

※直前に諸事情で予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

欠席の場合は、事前にご連絡ください。
TEL 82-8833 (代表) 45-7287 (講座直通) FAX83-4070
 担当：宇留生(うるう)・深川