

平成30年3月号

[harumi.foryou.or.jp](http://harumi.foryou.or.jp)



## 2月ひまわり活動報告



### 節分の日 2月3日(土)



節分とは、立春、立夏、立秋、立冬の各々の前日の事で、季節の変わり目をいいます。特に、立春ですが、前日が冬から春への節目の日ですから節分と呼ばれ、豆まきをして、無病息災、家内安全を願う風習です。はるみデイには、無邪気な鬼の兄弟が遊びに来ました。彼らは、とてもひょうきんで愛嬌のある兄弟でした。皆様の豆まきで、笑顔で立去りましたとさ、めでたし！



#### 【麻雀倶楽部】

月・木曜日の麻雀倶楽部は、対戦相手と会話を楽しんだり、ご自身の手やお相手の状況を予想し、頭も使います。加齢により衰えやすい脳の部位が、健康麻雀を行うことで活性化され、認知症予防にも期待出来ます。



#### 【書道倶楽部】

真剣な表情でご参加される書道倶楽部。集中力が増し、日頃の不安や考え事から離れられる時間ですね。繰返し練習する事で、心の鍛錬にも繋がります。ご関心のある方は、是非ご参加下さい。お待ちしております。

現在、当事業所では、ご利用者の活動サポートやお話し相手、特技披露、職員のお手伝いにご協力頂けるボランティアを募集中です。はるみデイのボランティア活動にご関心がある方がいらっしゃいましたら、下記連絡先までご連絡下さい。よろしくお祈いします。

マイホームはるみデイサービス ☎03-3531-7635 担当；小西



## ■ 3月マイホームはるみ活動予定表(ひまわり)

日	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
				リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
的当てゲーム	★フラワーアレンジメント リハビリ体操	★踊りの会	リハビリ体操	リハビリ体操	★書道(林先生) リハビリ体操	★大正琴 リハビリ体操
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
輪投げ	★踊りの会	吹き矢 塗り絵	保育園交流 大正琴 リハビリ体操	★健康麻雀 書道(望月先生) リハビリ体操	★大正琴 リハビリ体操	★喫茶の日 書道(望月先生) リハビリ体操
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
ボーリング大会	リハビリ体操	★折り紙 リハビリ体操	吹き矢 塗り絵	★フラワーアレンジメント リハビリ体操	★書道(林先生) リハビリ体操	★美世の会
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
お手玉飛ばしゲーム	リハビリ体操	★詩吟 リハビリ体操	★健康麻雀 フラワーアレンジメント リハビリ体操	★ロータリー クラブ	リハビリ体操	リハビリ体操

都合により活動内容の変更があることもあります。ご了承ください。  
※ 15日より体重測定を行います。

桃の節句:3月3日。女の子の健やかな成長を願う節句。※男の子は端午の節句。元々は「上巳(じょうし・じょうみ)の節供」といわれていました。起源は古来中国の上巳節。上巳とは、3月最初の巳の日という意味です。中国では、上巳(じょうし・じょうみ)の日に、川で身を清め、不浄を祓った後に宴を催す習慣がありました。これが平安時代日本に伝わり、宮中の「人形遊び」と結びつき「流し雛」へと発展したといわれています。

春分の日(21日):国民の祝日の一つで「自然をたたえ、生物をいつくしむ日」と定められています。この祝日は昭和23年に交付されたもので以前は「春季皇霊祭」という名前の祝日でした。この日は歴代の天皇や皇后らの霊を慰める儀式を行う日でした。その名残は春のお彼岸として風習、行事としては今もしっかりと残っています。