

# デイケア通信 虹



## 原の宮神社の初詣



1月4日（木）フリージアのみんなと初詣に行ってきました！去年は行けなかったので、今年はお賽銭をいつもよりしっかり袋に詰めました。原の宮神社はこの土地の氏神様です。去年は大けがもしているの、今年もしっかり拝んできました。この虹を読んできた人達みんなが、今年の良いことがありますように祈っています。ここで一つ、初詣に関する豆知識を載せたいと思います。



### 豆知識

お賽銭は日頃の感謝の気持ちを込めて神社に納めるお金です。金額に決まりはありませんが、縁起がいい金額を納めてもいいですね。

5円や50円硬貨は穴が開いていることから、「見通しが良い」とされ、お賽銭にふさわしい硬貨ともいわれています。また、5円がご縁、20円で二重に縁など語呂合わせでお賽銭を選ぶという人も多いようです。

## 大掃除と納会



12月29日（金）年末の大掃除が行われました。午前中に大掃除をし、カーテン、廊下、ソファ、テラス、窓など、隅々までキレイにしました。掃除の後、デイケアホールに、より多くの人が座れるよう、テーブルの位置を変えました。

昼は年越しそばが出ました。私はかき揚げをそばに入れず、そのまま食べ、口の中を刺してしまいました。午後は料理教室に参加しているメンバーがお餅を焼き、ぜんざいを作ってくれて、みんなにふるまってくれました。人によってはおかわりをする人もおり、私もそのうちの一人で、ぜんざい3杯とお餅を6個食べ、おなかいっぱいになりました。

午後からはカラオケ大会が多目的ホールで行われ、大勢の人が歌いました。90点以上の人だけ景品がもらえ、2名の人もらえました。KNさんが気持ちよく歌っており、初めて歌声を聞きましたが、とてもダンディーでした、普段歌ってない人も歌ってくれて楽しかったです。



## 令和6年初デイケア ～あけおめ～



1月3日（水）に祝日開催があり、お昼にはスシローの寿司が出ました。ネタには珍しく「いくら、えんがわ、まぐろ、はまち、玉子、エビ、サーモン、いか、あぶりサーモン、タイ」等、いろいろと数え切れないほどネタがあり、お腹がいっぱいになりました。ちなみに僕が一番好きなネタは蒸しエビです。ちょうど蒸しエビもネタの中に入っていたので、ラッキーでした。あと20貫はいけましたね、嘘じゃないです。

昼からはゲーム大会があり、神経衰弱、トランプ、百人一首を行い、みんなで楽しくやりました。ゲームには参加せずに、ミュージックアワーやデイケアホールでのんびりすごす人もいました。

僕は百人一首に参加しました。読み手が読み終わる前に取ろうとしたけど、僕にはまだ早かったようです。「ちはやふる」を読んで、百人一首への情熱をより熱くしようと思います（笑）



# 節分

## こまめまめぞう 小豆三の節分の日

2月2日（金）いつも金曜日はカレーが出る日なのですがこの日は、助六と巻き寿司が出ました。撒く豆は出なくて、豆まきはしませんでした。小鉢として煮豆が出ました。とても優しいお味で、食べたらかんがほっこりしました。また食べたいと思いました。



お寿司も美味しかったです。来年はあと

一個ずつ寿司が増えるともっといいと思いました。ちなみに、豆は年の功たべるといいと言われていますね。

### 節分の豆知識



本来節分とは文字の通り節分の分かれ目である「立春、立夏、立秋、立冬の前日」のこと。昔はこれらの季節の前日には邪が入ってきやすいとされていたため、見えない悪いものを鬼に見立てて豆をまき、厄払いをするようになったのが節分の始まりです。

節分では、豆をまいて厄を払いますが、この豆まきが行われるようになったのは、室町時代頃と言われています。当時は、豆ではなく、お米を撒いたとされており、病気などの厄災を追い払って、その習慣が現代でも続いています。



### 豆まきの方法



節分の豆まきで使われる豆は、「福豆」と呼ばれ、炒った豆が使われます。豆まきを行った後に拾い忘れた豆があっても、そこから芽がでないようにする意味があるとされています。さらに豆まきを終えた後は、まいた豆を拾って、自分の年齢の数より1個多く食べると厄除けになると言われています。



## 家族教室

2月23日（金）13時から、雨の中家族教室が行われました。家族教室の参加人数は10名程でした。雨の為、参加したくても来られない方が多くおり残念でした。第42回家族教室が始まり、フリージア担当医の國井先生をはじめ、責任者の朝倉さんからスタッフの紹介がありました。フリージアの説明をスタッフがこない、その後、各部屋に分かれて、ご家族3名とスタッフ2名で懇談会が行われました。家族の悩み事、相談事を話し、それについてみんなで意見を出し合いました。家族の悩みが和らぐような話し合いができました。来年は半日の家族教室だけではなく、フリージアのプログラムにも参加して、フリージアのことをもっと知ってもらえる機会になるといいなと思いました。



# 就労へ向けた認知リハビリ

認知機能を鍛える Jcores というゲームソフトをやります。ゲームの内容はいろいろとあり、遂行機能、注意力、記憶力、作業記憶、流暢性など、鍛える認知機能によってゲームの種類が違います。ゲームの内容で、わからないところを参加者で話し合い、アドバイスを受けます。ゲームは意外と難しく、正解率 100%をとるのはとても大変です。

私がこのプログラムに参加して感じたことは、記憶力、頭の回転がとても良くなったと感じます。それに、パソコンでゲームをするので、パソコンの基本的な操作の仕方も覚えることが出来ました。



## 認知リハビリに参加してみても



私は国語が得意なので、流暢性の「しりとり」を選び、自信满满で挑戦しました。いざやってみるとなかなか言葉が出てこなくて、どうしたら言葉が出やすくなるのか教えてもらいました。その方法は、しりとりの場合は、最後の文字を頭につけ次の文字を 50 音順にはめていくというもので“しりとり”→り○→50 音順にあてはめていくと、か行で“りか”“理科”という言葉が見つかります。頭の中でキーワードを探すよりも、あてはめて言葉を探すほうが早く見つかります。人名や物など、ど忘れした時にも応用できるので覚えておくと便利だと思います。皆さんも活用してみてください。



## 編集後記

- S・I さん→文字をパソコンにいれるのが難しかったです。
- T・H さん→文章を作るのが難しかった。
- K・H さん→写真を載せる作業と文字を打つ作業が難しかった。
- M・H さん→文書作成と「じゃ行」を打つのが難しかった。
- K・H さん→パソコンの操作がスムーズにできるようになりたいです。
- N・A さん→今後も続けていきたいですが、仕事が始まったので、ときどきになります。

〒474-0071 大府市梶田町2-123

E-mail : dc@kyowa.or.jp

共和病院デイケアセンター フリージア かわら版グループ