

風薫る新緑の季節を迎え、草花の芽吹きも始まり、暖かい日差しを浴びて、プランターの中で可憐な花を咲かせて人々の眼差しを楽しませてくれています、これから様々な木々も芽吹いて、私達を華やいだ気持ちにさせてくれる事でしょう！



又、新入学および新社会人の人達も、新しい社会への旅立ちが始まる季節でもあります、長い長い道のりの旅ですが、一步づつ、歩まれて行くことを願っています。

この3月11日は、東日本大震災からまる二年の歳月が経ち、震災で亡くなられた方々の三回忌法要が、至るところで営まれました。

私達被災者は、大震災を忘れることなく、期会あるたびに後生に伝えて行かなければ、いけないのではないのでしょうか！

仮設住宅に移り住んで、1年9ヶ月に成ろうとしています、ようやく大ヶ口で公営住宅の基礎工事が始まった状態で、まだ先の見通しが立たない状況ですが、お互い健康に注意して過ごしていきましょう。

今月の健康

インフルエンザについて

改めてインフルエンザについて記載します！

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます、併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み鼻汁、咳などの症状も見られます、お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。



※ 予防として

- * 流行前にワクチンの接種
- * 飛沫感染対策としての咳エチケット（マスク着用）
- * 外出後の手洗い・うがい励行
- * 適度な湿度の保持・換気
- * 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

尚、最近では中国において、鳥インフルエンザが大流行して亡くなられた方も数人でいます、風邪を引いたと思ったら、早めにお医者さんに診て貰い、インフルエンザの予防をしましょう。

談話室からのお知らせ！

社会福祉協議会さまより、下記の写真の品物を寄贈されました。スコップ、篩はこれからの、花壇作り等に御貸しいたします、また、カルタについては、お茶っこの会等皆さんが、お集まりになられた時に使いたいと思います、お茶等も用意していますので、いつでも談話室に遊びに来て下さい。待ってます。



3月のイベント開催

3月のイベントの開催は、浄土真宗十勝組の「炊き出し」、社会協議かいの「お茶っこの会」、神戸大学の「足湯」、いわて生協の「ふれあいサロン」、カリタスの「足湯&お茶っこの会」、その他行政が行った「健康相談」「楽しく体操」と数的には少なかったけれども、趣向の違ったイベントが開催されました。

先月の広報でも紹介しましたが、北海道からいらした、浄土真宗本願寺十勝組の皆さんは、去年11月に炊き出しをしてくれた、同じ宗派の胆振組の皆さんから話をきいて、炊き出しに来てくれたそうです。

今回の炊き出しは、北海道名物の「さんぺい汁」と「ジンギスカン」の二種類でした、「さんぺい汁」は少し“しょっぱ”



かったけれど、おいしかったです、食事の後は、歌を歌ったり、お喋りしたりして、楽しく過ごさせて貰い

ました。

岩手生協さんの「ふれあいサロン」ではゴム風船で、動物のバルーン作りを楽しみました。

手動の空気入れを用いて、風船をふくらまし、途中を“ねじり”ながら作るのに、ねじり切れなかったり、力を入れ過ぎて破裂させたりと、何度も失敗しながら、笑いあったりして、最初に犬のダックスフンド、ウサギ、そして白鳥と皆さん三個づつ作成しました（写真を見てどれが、どれだか分かりますか？）



4月予定表

3日	男性向けサロン（社協ポ）	10:00～
5日	お茶っこの会（社協）	10:00～
10日	ふれあいサロン（岩手生協）	10:00～
12日	マッサージ（安藤さん）	9:30～
17日	暮らしの無料相談（遠野まごころ）	12:00～
19日	マッサージ（安藤さん）	9:30～

今月のDVD鑑賞会は4/5（金）、4/12（金）、4/19（金）、4/26（金）、の13:30から寅さんのDVD鑑賞となります。

皆さんお誘い合わせて、鑑賞にどうぞ！