



梅花の歌

初春の令月にして、気淑く風和ぎ、
 梅は鏡前の粉を抜き、蘭は珮後の香を薫す。

現代語訳：初春の佳き月で、空気は清く澄みわたり、風はやわらかくそよいでいる。梅は佳人の鏡前の白粉のように咲いているし、蘭は貴人の飾り袋の香のように匂っている。

元号が「令和」となってから初めての梅の季節です。

冬の寒さに負けることなく、気品高く咲いている梅。昔から和歌に登場したり、絵や芸術品の題材となったりと、日本人にとっては馴染みの深い花です。

元号「令和」は万葉集「梅花の歌」より引用されました。

梅は桜や桃よりも一足早く咲く早春を告げる花です。「百花魁」（ひゃっかさがけ）という呼び方もあって1年のなかで最も早く咲く花として知られています。雪景色や寒空のなか美しい花をつける梅には、生命力の強さを感じることから縁起の良い花とされています。

新元号「令和」には「悠久の歴史と香り高き文化、四季折々の美しい自然、こうした日本の国柄をしっかりと次の時代へと引き継いでいく、厳しい寒さの後に春の訪れを告げ、見事に咲き誇る梅の花のように、一人一人の日本人が明日への希望とともにそれぞれの花を大きく咲かせることができる、そうした日本でありたい。」という意味が込められているそうです。

梅の花はまさに「令和」の象徴でもあります。

寒い時期がまだ続きますが、梅の花を鑑賞し令和の時代の春の訪れを感じるのも良いでしょう。

2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 → グループホーム武岡ハイランド ※GH5丁目 → グループホーム武岡5丁目 ※武デイ → 武岡台デイサービスセンター						1
						武デイ：大風船バレー 武デイ：毛糸の帽子
2	3	4	5	6	7	8
GHハイランド：節分 なでしこの杜：節分・誕生会 GH5丁目：節分豆まき 特養：節分豆まき、訪問カット(理容) 武デイ：毛糸の帽子	ケアハウス：買い物 武デイ：エアホッケー 武デイ：連想ゲーム	ケアハウス：音楽倶楽部 武デイ：探す探すゲーム 武デイ：壁掛け	ケアハウス：カラオケ倶楽部 武デイ：振り出しゲーム 武デイ：オセロ	ケアハウス：美術倶楽部 武デイ：輪投げ 武デイ：豚汁		
9	10	11	12	13	14	15
GHハイランド：臨床美術 (なでしこ棟) 武デイ：ふみ玉飛ばし 武デイ：白菜うま煮	特養：喜楽会ボランティア清掃 訪問カット(美容) なでしこの杜：歌声喫茶 武デイ：大風船バレー 武デイ：白菜うま煮	武デイ：リフティング 武デイ：トランプ	武デイ：エアホッケー 武デイ：毛糸の小物入れ	武デイ：探す探すゲーム 武デイ：毛糸の小物入れ	武デイ：キックパッカー 武デイ：オセロ	
16	17	18	19	20	21	22
GHハイランド：臨床美術(しらゆり棟) 特養：訪問カット(理容) なでしこの杜：歌声喫茶 武デイ：振り出しゲーム 武デイ：貝のストラップ	ケアハウス：映画倶楽部 GH5丁目：臨床美術 武デイ：輪投げ 武デイ：貝のストラップ	ケアハウス：音楽倶楽部 武デイ：ふみ玉飛ばし 武デイ：スティック大学芋	武デイ：大風船バレー 武デイ：スティック大学芋	ケアハウス：カラオケ倶楽部 武デイ：リフティング 武デイ：大福もち	ケアハウス：あん摩マッサージ ケアハウス：美術倶楽部 武デイ：エアホッケー 武デイ：大福もち	
23	24	25	26	27	28	29
武デイ：カレンダー	武デイ：探す探すゲーム 武デイ：連想ゲーム	武デイ：キックパッカー 武デイ：ひな人形飾り	ケアハウス：抹茶倶楽部 武デイ：振り出しゲーム 武デイ：ひな人形飾り	特養：訪問カット(美容) 武デイ：輪投げ 武デイ：トランプ	ケアハウス：買い物 武デイ：ふみ玉飛ばし 武デイ：カレンダー	武デイ：リフティング 武デイ：カレンダー
		☆ 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！ ☆GH5丁目 不定期で月に4回音楽療法を行っています！				

膀胱炎に注意しましょう！

「おしっこが近い」「トイレに行ってもまたすぐにいきたくなる」「おしっこが出るときに痛くて身がしぼる」などの症状はありませんか？

これらは膀胱炎の初期の症状です。ひどくなると発熱したり血尿が出たり、腎盂腎炎を発症することもあります。「トイレが近いだけ」と油断は禁物です。

膀胱炎の原因は主に大腸菌です。肛門から尿道に菌が入り込んで炎症を起こします。高齢になると抵抗力が弱くなり、若いころと比べて症状が出やすく、膀胱炎を繰り返すようになります。

膀胱炎の予防としてはまず水分をしっかり摂り、トイレを我慢しないことです。そして陰部を清潔にすることです。冬場は寒くて入浴や着替えが億劫になりますが、感染予防のためにも清潔を保つことは大切です。

入浴が面倒な日もウォシュレットなどを使って毎日陰部の洗浄をしましょう。また、おしっこが増えるからと水分を控えるようなことはやめましょう。

しっかり水分を摂って、勢いよく排尿することで膀胱をきれいにしましょう。症状があるときは早めに受診して、悪化させないように気をつけてください。

なでしこ訪問看護ステーション

世間では暖冬といわれていますが、寒暖の差が激しくやはり寒く感じます。

特別養護老人ホーム高喜苑では、「お屠蘇の振る舞い」「おせち料理」「獅子舞」で新しい年を迎えました。朝一番の獅子舞では、皆さん手を噛まれたり頭を噛まれたりして、大きな笑い声がフロアに響いており、笑顔で祝う事ができました。

初詣に出かけることが出来ない方々のために、ご家族様手作りの真っ赤な鳥居を設置して、高喜苑内で初詣を行いました。今年一年、楽しく安心してご利用者様が生活できるよう職員一同、努めてまいります。

年末より、インフルエンザの感染予防として面会制限をすることとなり、入所者様やご家族様、いつも来ていただいている地域の方々、見学や説明を聞きに来ていただいた方々にはご迷惑をおかけしておりますが、流行の時期が終わるまでご協力をよろしくお願い申し上げます。

特別養護老人ホーム高喜苑