

# 桶川市老人福祉センターだより

☆第30号☆ 発行日：令和5年4月1日

新年度が始まりました☆今年度も、よろしくお願いいたします！  
新型コロナウイルス等に気をつけましょう☆



発行機関  
桶川市社会福祉協議会  
(桶川市老人福祉センター)  
所在地  
桶川市末広2-8-29  
電話番号  
728-1122

## ～館長挨拶～

老人福祉センター 館長 小山 三郎

ここ数年、桜の開花が毎年早くなり、外出の機会が増える良い季節となりました。  
さらに、数年続いたコロナ感染の心配もこのまま終息に向かってくれることを願うばかりです。利用者の皆様も4月を迎え、マスクを外して、自由に過ごす時間が早く訪れることを願っているものごと推察いたします。  
当センターでもコロナ前の利用形態に戻せるよう準備を心がけております。  
結びに、令和5年度も職員一同皆様がゆっくり過ごせる施設となりますよう努めてまいりますので、引き続きどうぞよろしくお願い致します。

## ～副館長挨拶～

老人福祉センター 副館長 嶋根 健治

長かったコロナ感染症が最近になって少しずつ落ち着いていました。このまま終息に向かってくれることを願っています。  
老人福祉センターでも早くコロナ以前の状況に戻したいところですが、利用者の皆様のご理解、ご協力をいただきながら出来るところから少しずつ慎重に戻していくことになるかと思えます。  
利用者の皆様がホッとできる老人福祉センターにしていきたいと思っていますので、引き続きよろしくお願い致します。

**4月から、熊田 政美職員が老人福祉センターに入職しました。  
以下、熊田職員からのメッセージです！**

これから、お世話になります。よろしくお願いいたします。

## ★令和5年度職員コメント★

健康で楽しく過ごせますように(^\_^)  
よろしくお願いいたします。  
岸本 麻奈

まだ「通常開館」となりません、  
安心して過ごしていただけるよう心掛けて  
参ります。  
小高 敏江

早くコロナが無くなってほしいです  
ね？皆様もコロナに負けないよう気を付  
けて下さい。本年も宜しくお願いいたし  
ます。  
新井 康夫

二年生になりました。  
やっと皆さんのお名前とお顔がわかるよ  
うになりました。  
武笠 昭

館内が皆様の明るく元気な顔で一杯  
になりますように！  
コロナ退散！！  
下机 初子



## ☆事業報告 お汁粉振舞い☆

1月11日(水) お汁粉振舞いを行いました。  
今回から、老セ・児童館合同で、集会室  
にて、お汁粉をいただきました(^\_^)



## ☆事業報告 卓球大会☆

1月14日(土)に、児童館と合同で、  
卓球大会を実施いたしました！  
総合優勝が岩田 ふじ様、老人福祉セン  
ター部門優勝は、遠藤 周三様でした♪



## ☆事業報告 はじめてのスマホ講座☆

2月15日(水) ソフトバンクベニバナウォーク桶川店さんによる  
「はじめてのスマホ講座」を開催いたしました！

LINEの使い方を学びました。家族・友達とのコミュニケーションに  
役立ててください☆多





### ☆事業報告 餅つきボランティア☆

1月29日(日)児童館の餅つきに、老セ利用者等のボランティアの方々が協力してくれました。以下、ボランティアの感想です!

○このボランティアでは、お子様達の餅つき初体験を見せて頂く事ができ、子供達の笑顔がとても魅力的でした。

○初めて餅つきを経験して、子供達みんなも喜んでもらえて、とても貴重な時間を過ごしました。

○お天気に恵まれ、とても楽しい数時間でした。若い人達と一緒にボランティア最高の1日となりました。幼子との交流も最高に楽しい一時、ありがとうございました。(感謝)

○とても楽しかったです。子供達も大勢来てくださって、とても楽しそうでした。

○色々な事を教えていただきありがとうございました。

### ☆事業報告 市内散策講座☆

3月30日(木)「ガイドボランティアの会」さんによる市内散策講座を開催しました!

本学院の住職さんから、お話を伺う機会もありました(^\_^)



### ☆事業報告 家庭菜園講座☆

3月3日(金)家庭菜園講座を開催しました!  
初心者が気軽にできる家庭菜園のやり方が学べました。趣味として、楽しんでもらえれば幸いです♥

### ☆事業報告 自転車安全講座☆

3月27日(月)自転車安全講座を開催しました!  
交通ルールの確認、ヘルメット着用の努力義務化などが分かりました。



### ☆クイズ☆

締切は4月7日(金)までです。正解発表は、4月12日(水)です。  
解答用紙は、自動販売機付近の台にあります。



- ①WBC2023に出場した三冠王選手の名前は?
- ②徳川 家康や息子の秀忠が出した書状が残されている桶川市内のお寺の名前は?
- ③埼玉県で平成30年4月1日から条例により、自転車利用者等に義務化されたことは?

### ☆花粉症について☆

担当:大西看護師

桜が咲き、様々な花が咲き誇る季節です。  
コロナ対策でのマスク着用は緩和されてきましたが、花粉症の方々はまだマスクが手放せないですね。

今年は例年の10倍の花粉量といわれています。最近の調査では、日本人の2人に1人が花粉症の可能性があるのであります。花粉症は体内に入り込んだ花粉を体から排除しようと過剰に反応することでおきます。

#### <症状>

- ・花の症状 : 連続したくしゃみ、水のような透明な鼻水
- ・目の症状 : かゆみ
- ・皮膚の症状 : かゆみ
- ・のどの症状 : 痛み かゆみ

#### <花粉の一日の飛散ピーク>

午前中 ・ 日没前後

#### <関東地域の飛散期間>

- 1月 スギ花粉が飛び始める
- 2月 中旬からスギ花粉が急激に増加  
下旬からピーク
- 3月 スギ花粉ピーク
- 4月 上旬 ヒノキ花粉がピーク  
下旬 スギ花粉はほぼ終了
- 5月 ヒノキ花粉がほぼ終了
- 6~7月 イネ科花粉は飛散



#### <予防>

- ・外出時 マスク・メガネ・帽子・スカーフ等
- ・帰宅後 玄関で花粉を払い落とす。口うがい・鼻うがい・手洗い・洗顔
- ・家にいる時 空気清浄機を使う

花粉は非常に小さいのでマスクやメガネで全ての花粉をシャットアウトすることは出来ませんが、普通のマスク使用時で約1/3、花粉症のマスクでは約1/6に減らすことが出来ます。

症状が辛い方は病院で受診し、症状をおさえて爽やかな春をお過ごしください。

~大西看護師による健康相談実施中~

どなたでも受けられます♡お気軽に受付までどうぞ♪

★毎月第4水曜日 10時~12時(予約制 1名あたり最大30分まで) 会議室2

