

# ケアフラザ新居浜 涙っこ通信

平成 25 年度  
1 月発行 第 4 号

入居者の皆様、新年明けましておめでとうございます。

本年は、午（うま）年です。「午」は「忤」（「つきあたる」「さからう」の意味）で、草木の成長が極限を過ぎ、衰えの兆しを見せ始めた状態を表していると考えられています。後に、覚え易くするために動物の「馬」が割り当てられたと言われています。

平成 25 年を振り返ってみれば、台風や集中豪雨による自然災害が多い 1 年だったと思います。特に「台風」が発生した件数が 31 件で、過去 19 年間で最も多い数字となり、人的被害や住家被害がニュースや新聞等で多く報じられました。

今年も良い年になりますように！！  
ヒヒーン！！



しかし一方で、日本にとって嬉しいニュースもありました。

6 年後の 2020 年のオリンピック開催地に「東京」が選ばれました。これは、1964 年に東京オリンピックが開催されてから 56 年ぶりとなります。2020 年の日本は世界中で最も注目される国となることでしょう。

最後に、今年もこれから様々な出来事があると思いますが、皆様にとって良い年になりますよう、お祈り申し上げます。



## 3月の行事予定

- 3日 ひな祭り
- 5日 カラオケ
- 17日 お彼岸
- 19日 買い物ツアー
- 31日 誕生会



## 2月の行事予定

- 3日 節分
- 19日 カラオケ大会
- 24日 誕生会



## 1月の行事予定

- 7日 七草粥
- 8日 カラオケ
- 22日 買い物ツアー
- 27日 誕生会



# 年忘れ会

## マジック編

平成 25年度の年忘れ会は、ケアプラザ 新居浜開所以来、初めての試みとなる、「マジックショー」を、四国中央マジッククラブの3名（うち2名は新居浜市在住）の方々に披露していただきました。色々していただいたマジックの中でも、「鳩」を使ったマジックが一番の盛り上がりを見せました。



白鳩を使ったマジック



食事・食堂の様子



すき焼き

## 食事編

食事は、例年と同様にバイキング形式で、今回は「あんこう鍋」と「すき焼き」の2種類の鍋をご用意しました。



あんこう鍋



## 風邪対策をしっかりと

日に日に寒さが厳しくなり、空気が乾燥する冬は、風邪のウイルスが猛威をふるう季節。いくら用心していても体調や生活リズムの乱れなどによってうっかりひいてしまう風邪。油断してこじらせては大変です。

外から帰ったらまず手を洗いましょう。手についたウイルスが食事などの際に体内に侵入してしまう恐れがあります。

一番身近な対策として、「手洗い」「うがい」をこまめに行い、習慣付けましょう。



雪化粧した石鎚山