

# 寿楽つうしん

平成23年12月号

平成23年12月発行

発行 老人福祉センター菊名寿楽荘  
発行責任者 富田 公道  
横浜市港北区菊名3-10-20  
TEL 045(433)1255



## 「今年の漢字」

2011年の「今年の漢字」は何になるでしょうか



「今年の漢字」は、財団法人日本漢字能力検定協会が毎年全国公募して、一番票が多かったものになります。

例年、11月1日ごろから一般公募が始まり、同年12月12日前後に清水寺で発表されます。

(2011年は、12月12日に発表されます。)

今年も東日本大震災を初め色々ありました。あなたが予想する「今年の漢字」は何でしょうか？「震」、「災」、それとも「命」？

でもこれらは皆、以前に使われています。あなたも、お友達と知恵を出し合っ、今年の「漢字」を予想してみてください。

見事的中された方には、寿楽荘からプレゼントを差し上げます。

応募締切：12月10日

投票は専用投票用紙にてカウンター投票箱に入れて下さい。

## 今月の和歌の解説

【通釈】夜がほのぼのと明けるころ、ふと外をみると、月の光に照らされているのかと思うほど明るい。吉野の里に降っている白雪は。

[坂上是則]さかのうえのこれのり三十六歌仙のひとり。征夷大將軍として知られる坂上田村麻呂の子孫。後撰集の撰者のひとり坂上望城の父親。延喜8年(908)、大和権掾になる。少内記や大内記を経て延長2年(924)、従五位下加賀介。

早くから歌人として頭角をあらわし、延喜13年(913)の亭子院歌合では、歌よみとして召された。寛平5年(924)の寛平御時后宮歌合などでも活躍した。蹴鞠(けまり)の名人でもあった。

## 万病の元、風邪に注意しましょう！

多くのかぜの症状は、のどの痛み、鼻みず、くしゃみや咳(せき)などがだらだらと続き、全身症状はあまり見られない、比較的軽い病気です。発熱もインフルエンザほど高くなく、微熱程度ですむことがほとんどですが、少々重めのかぜと、比較的軽いインフルエンザの場合には、なかなか区別が付きません。かぜはいろいろな病原体(細菌やウイルスなど)の感染でおこりますが(感冒)、急激な温度変化や疲れなどから「かぜをひく」こともあります(寒冒)。

かぜとインフルエンザの症状のちがい

	かぜ	インフルエンザ
症状の出方	のどや鼻	全身に出る
進行	ゆるやか	急激
発熱	38度前後の微熱	39-40度の高熱
寒気	軽くなる	強い
鼻水	ひきはじめに出る	あとから出る
せき	軽くなる	たくさん出る
頭痛	痛みが軽い	痛みが強い
筋肉・関節痛	痛みが軽い	痛みが強い

インフルエンザは気をつけないと、高齢者の方はすぐ重症化しかねません。早めに予防接種を受けましょう！

## 年末・年始のお休み

菊名寿楽荘の、年末・年始のお休みは下記の通りです。

12月27日(火)～

1月4日(水)

今年1年、どうもありがとうございました。来年もまた元気で会いましょう。よいお年を・・・!





# 12月のスケジュール




日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				詩吟 健康体操	英会話 水彩画 健康麻雀	韓国語入門
4	5	6	7	8	9	10
卓球開放	太極拳 フラワー・ アレンジメント	中国語会話 古城と古寺散策	椅子に座って エクササイズ	歌声教室 詩吟 健康体操	編物教室 英会話 健康麻雀	韓国語入門
11	12	13	14	15	16	17
卓球開放	絵手紙	中国語会話	健康相談	詩吟 健康体操	英会話 水彩画 健康麻雀	韓国語入門
18	19	20	21	22	23	24
卓球開放	太極拳 フラワー・ アレンジメント	中国語会話 古城と古寺散策	椅子に座って エクササイズ 栄養相談	歌声教室 健康体操	編物教室 健康麻雀	
25	26	27	28	29	30	31
卓球開放	絵手紙	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日

**県立よこはま看護専門学校の生徒さんの教育実習があります。**

**期間 12月6日(火)～8日(木)**

菊名寿楽荘利用者の皆様には  
よろしくご協力のほどお願い  
いたします。

また、皆様の方からもお気軽に  
生徒さんにお声をかけてくだ  
さい。



## 12月の行事

① **日時: 12月12日(月)**  
 チャリティ演芸大会・9:45～12:00  
 チャリティバザー・12:00～  
 掘り出し物が盛りだくさん!

② **日時: 12月22日(木)**  
 クリスマス会・9:45～11:00  
 手品、コーラス  
 菊名保育園園児と一緒に楽しみましょう。  
 ゆず湯・10:30～



等々、楽しい行事が目白押し。皆様こそってご参加  
ください。詳しくは館内の掲示をご覧ください。

[ 編集後記 ] 早いもので、今年ももう師走です。今年も色々ありましたが、何と言っても、未曾有の東日本大震災と大津波で、1万5千有余の人が亡くなり、計画停電騒ぎなどもあって、文字通り「暗い」1年でしたが、せめてこの暗さを、年末のクリスマスのイルミネーションで明るく照らして、厄を落とし、本当に明るい来年を迎えたいものです。もしかして、商店街の福引抽選で大当たりしたら、年末ジャンボ宝くじが当たたら・・・などと、楽しい夢を見ながら新しい年を迎えましょう。来年はいい年になりますように。

