

ネクストビューだより

Vol. 22



広島市安佐南区川内1丁目15-1 TEL.082-831-2200 <http://www.fujicare.jp>

2011年4月20日発行

地震・災害対策

3月11日の「東北地方太平洋沖地震」におきまして、被害にあわれた皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、犠牲になられた方々のご遺族の皆様に対し深くお悔やみを申し上げます。

今まさに、私たち一人ひとりの知恵と良心を集結し、適切な行動をしなければなりません。また、地震はいつどこで起こるかわかりません。もし地震が起きても大丈夫なように正しい知識を学び、防災意識をさらに高めましょう。

地震がおきたときは・・・

- ① **まずは身の安全を確保する** 丈夫な机やテーブルなどの下に身を伏せる。トイレや玄関は比較的に安全です。家具類の転倒には日頃から備えておきましょう。
- ② **出口を確保** ベランダからの非常脱出を考えておきましょう。
- ③ **ガラスに注意** ガラスが散乱した部屋はスリッパや靴を履いて行動しましょう。
- ④ **あわてて外に飛び出さない** 慌てて外に飛び出すと落下物で怪我をする恐れがあります。

普段から気をつけておくこと・・・

地震が発生すると普段どおりの生活ができなくなる事も考えられます。非常持出品は、避難生活に必要なものを選ぶのがよいでしょう。非常食、水、懐中電灯、ラジオ貴重品、印鑑、タオル、カイロ、毛布……などなど。

生活水 飲料水は1日1人3リットルで最低3日分用意するのが良いでしょう。

食料 食料も3日分は用意したほうが良いです。火を使わない食品が便利です。保存食の定番の「乾パン」は消化吸収がよく100gで約牛乳2本分のカルシウムが含まれています。

ネクストビューふじ川内行事紹介

こんにちはネクストビューふじ川内担当の水間です
先日ネクストビューふじ川内ではお花見会を開催いたしました。
連日、晴天が続くなか満開の桜を期待していたところなぜか4月8日だけ朝から雨!

桜もちょうど見ごろの時期を迎えていたというのに・・・ということで急遽、雨に濡れた桜を眺めるドライブツアーとお食事のコースに変更しました。ホテルの15階ということで見晴らしはとてよく平和公園と広島市内の風景が一望できるので、これで天気がよければ言うことなかったのですが・・・

参加者はスタッフもあわせて総勢約30名とにぎやかな会になりました。お食事もとても喜ばれ、本物の桜の花のお土産つきでした♪
美味しい食事とおしゃべりで皆さんに満足していただけたかと思えます。



エコアクション21より

今月から少しずつ「家庭で出来るエコ活動」を掲載していく予定です。皆様にも興味を持っていただけるような内容を掲載していきますので、是非ご覧ください!

☆家庭で出来る簡単エコ☆～歯磨き編～

歯みがき時に30秒間水を流しっぱなしにすると約6 の水を使いますが、コップに汲んで使用すると約0.6 程度の水で済み、約5 の節水になります。これで1ヶ月約30gのCO2を削減! ちなみに1ヶ月で約330円お得です。



ネクスト俳句会

入居者様より俳句を寄せていただきました。

春埃 浴びつ広島道 駈くる

雨の日の 桜もいと おしく思ふ

皆して 桜にちなみ 昼食会

車窓から 歓声あげる 花の土手 萬里子

高階より 見下ろす川面に 花の影

花見弁当 花の一と枝 添へられて

雨もまた 一興のうち 桜時 ぐさ乃

花万朶 被爆の川へ 影をおき

老どちの 今日を大事に 花の宴

川沿いに 揺らぎて枝垂れ 桜かな ユクエ

春の風邪 意外にうまい 厨夫 くりやま

ひろこ

5月の予定

5月13日(金) ネクスト喫茶

5月23日(月) お買物便



なぞなぞ

5月5日の端午の節句には、男の子のいる家では五月人形とともに鯉のぼりをあげる。もともと端午とは五月はじめの午の日。ではどこの国から伝わったのでしょうか?

先月の答え

日本の桜の種類は何種類あるでしょうか?

- ① 数十種類 ② 数百種類 ③ 数千種類

A. ②数百種類