

ほっとスマイル 4月号



発行者:社会福祉法人 翠睦福社会
 障害者地域生活支援センター ほっと
 〒761-0443 高松市川島東町1914番地1
 TEL:087-840-3770
 FAX:087-840-3769
 MAIL:hot3770@shirt.ocn.ne.jp
 障害福祉サービス事業所 かわしま
 〒761-0443 高松市川島東町1914番地5
 TEL:087-848-3611
 FAX:087-848-3779
 MAIL:suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp
 HP:http://suibokufukushikai.jimdo.com/

■ □ お知らせ □ ■

ゴールデンウィークの「ほっと・かわしま」休館日について

令和3年5月2日(日)～令和3年5月5日(水)となっております。

「ほっと」は5月1日(土) 13:00～17:00は開所しております。

『ほっとピア相談』

日時: ① 令和3年4月14日(水)

② 令和3年4月30日(金)

(相談人数は1日1名。相談時間は13:30～15:00の間でおひとり30分です。)

場所: ほっと相談室 または 自宅

※ 今月から相談日が水曜日と金曜日になりました。
 相談は予約制となりますので「ほっと」までご連絡ください。
 予約の際に受付票を記入して頂きますのでお願い致します。



『テーマトークの会』

日時: 令和3年4月14日(水) 13:30～14:30

場所: ほっと交流室

毎回和やかな雰囲気です。ぜひご参加ください。

〈テーマ〉 「春の楽しい思い出」
 「自粛明けにやりたいこと」
 「最近ハマっていること」



～ 木瓜の花 in かわしま ～

『歩いてお花見 in 松宇神社』

日時: 令和3年4月1日(木) 13:00頃出発

場所: 松宇神社

ほっとから約900mの場所にあるパワースポットの様な神社です。
 ウォーキングで行くので密になる心配もありません。
 参加ご希望の方はほっと交流室にある用紙に名前をご記入ください。

■ □ 活動報告 □ ■

活動報告

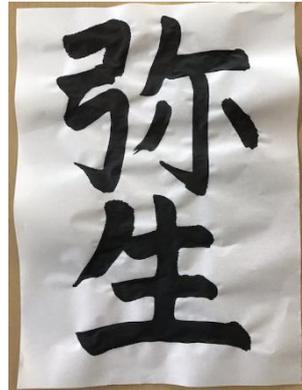
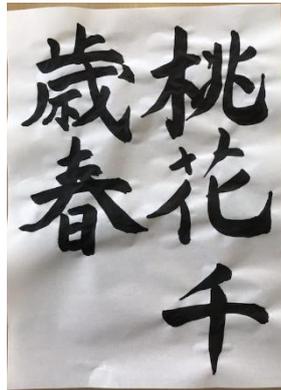
『絵手紙』

椿と梅を描きました。良い塩梅^{あんばい}にできました。



『書道』

墨の香りで癒されながら書きました。回を重ねるごとに腕が上がっています。



春の雑学



出会いの多い4月、会話の小ネタにいかがでしょうか。

新年度が4月始まりの理由

江戸時代の末期。秋に収穫した米を売ってお金に→税金が納められる→納められた税金を元に予算が組まれる・・・という流れになるのですが、これでは“新しい予算による新しい1年”を1月から始めるのには無理がありました。そこで「4月はじまり」になったんだとか。

お花見が一般庶民にまで浸透した背景

江戸時代、徳川八代将軍吉宗は「享保の改革」の一環として、桜の植樹を推進。その狙いは、治安と治水対策、そして、世の中や幕府に対する不満を持つ人々に、お花見を楽しむことでガス抜きをさせるという目的があったとか。

さらに冬場の霜などで緩んだ土手。そのまま梅雨の時期を迎えると決壊の恐れが。しかし、土手に桜を植えておけば春のうちに観光客によって地面が踏み固められ、決壊を防ぎやすくなるという、防犯上の意図も込められていたとか！水辺や川辺の土手が桜の名所であることにも、ちゃんとした理由があったのです。

出典:acure Lounge 〈春〉にまつわる小ネタ&コミュニケーション術

フォト
コーナー



『 天空の鳥居 』



『 一宮海岸 』

『 差分方程式と数理解物理学 』

〈N.M〉

a, b を実定数として写像 $f: \mathbb{R} \rightarrow \mathbb{R}$

$x| \rightarrow ax+b$ から決まる差分方程式

$x_n = ax_{n-1} + b$ の解を求める。

(発見法的には逐次代入をすればよい)

$$x_1 = ax_0 + b, \quad x_2 = a(ax_0 + b) + b$$

$$x_3 = a \cdot a \{ (ax_0 + b) + b \} + b$$

$$= a^3 x_0 + a^2 b + ab + b$$

$$= a^3 x_0 + (a^2 + a + 1) b = a^3 x_0 + (1 + a + a^2) b$$

$1 + a + a^2$ は次のようになる

$1 - a^3$ を因数分解すると、

$$1 - a^3 = (1 - a)(1 + a + a^2) \text{ となる。}$$

$$\text{両辺に } b \text{ をかけて } (1 - a^3) b = (1 - a)(1 + a + a^2) b$$

両辺を $(1 - a)$ で割ると

$$\frac{1 - a^3}{1 - a} \cdot b = (1 + a + a^2) b = \frac{b}{1 - a} - \frac{a^3 b}{1 - a}$$

$$x^3 = a^3 x_0 - \frac{b}{1 - a} \times a^3 + \frac{b}{1 - a}$$

$$= (x_0 - \frac{b}{1 - a}) a^3 + \frac{b}{1 - a} \quad \text{これは } n=3 \text{ の場合である}$$

x_n の場合 $1 - a^n$ を因数分解して

$$1 - a^n = (1 - a)(1 + a + a^2 + \dots + a^{n-1})$$

両辺に b をかけて、 $(1 - a)$ で割ると

$$\frac{b - a^n b}{1 - a} = \frac{b}{1 - a} - \frac{a^n b}{1 - a}$$

$$\text{故に } x_n = \left(x_0 - \frac{b}{1 - a} \right) a^n + \frac{b}{1 - a}$$

これが一般解である。

太陽から惑星までの平均距離は

$$r_n = 0.3 \times 2^n + 0.4 \quad [\text{AU}] \text{ (天文単位)} \quad n \geq 0$$

によって定義される。

数列 $(r_n)_n \geq 0$ の一部で与えられる

これをボーデの法則とよぶ。具体的には

$n = 0$ (金星) 1 (地球) 2 (火星) 3 (小惑星セレス)

4 (木星) 5 (土星) 6 (天王星)

水星は例外的で上の式では $n = -\infty$

すなわち $r_{-\infty} = 0.4 [\text{AU}]$ が対応する。

数列 $\{r_n\}_{n=0}^{\infty}$ は上の差分方程式において

$a=2$, $b=-0.4$, $x_0=0.7$ の場合である

$$1 \text{ AU} = 1.49597870 \times 10^{11} \text{ m}$$

例えば太陽から天王星までの平均距離は $n=6$ だから

$$x_6 = \left(0.7 - \frac{-0.4}{-1} \right) 2^6 + \frac{-0.4}{1-2}$$

$$2^6 = 64$$

$$x_6 = 0.3 \times 64 + 0.4 = 19.6$$

$$1 \text{ AU} = 1.49597870 \times 10^{11} \text{ m}$$

$$\text{だから } 19.6 \times 1.49597870 \times 10^{11} \text{ m}$$

$$= 29.32118252 \times 10^{11} \text{ m}$$

$$= 2932118252000 \text{ m}$$

kmに直すと、2932118252km

故に太陽から天王星までの平均距離は

29億3211万8252km



地域生活支援センター ほっと カレンダー



2021 年 4 月

日	月	火	水	木	金	土
			31	1	2	3
<利用できる時間> 月～金 9:00～17:00 第1・3・5土13:00～17:00 (祝日と重なった場合は閉館します) 第2・第4土曜日・日曜・祝日は休館				ヨガ 9:30 歩いてお花見 in松字神社 13:00		13:00～17:00
4	5	6	7	8	9	10
		絵手紙 13:30 	書道 13:30 	ヨガ 9:30 		
11	12	13	14	15	16	17
	大人のぬりえ 13:30 		ピア相談 テーマトーク 13:30	ヨガ 9:30 		13:00～17:00
18	19	20	21	22	23	24
		ポッチャ 13:30 	散歩 13:30 	ヨガ 9:30 15:30 		
25	26	27	28	29	30	
		ポッチャ 13:30 	音楽鑑賞 13:30 	昭和の日	ピア相談 13:30	

印のあるものは予約制です。

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、車での外出や調理のプログラムはしばらく控え、密にならないプログラムを企画させていただきます。

皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【編集後記】

『テーマトークの会』の写真はかわしまで満開に咲いていた木瓜の花です(3/9撮影)。春本番を迎える前に咲く花なので、いよいよ春がそこまで来ていると感じました。小さくてかわいらしい花ですが、古くは織田信長の家紋にも使われ「先駆者」「指導者」という力強い花言葉もあります。新年度にぴったりの前向きな花です。



<スタッフが出席した会議> <ほっと・かわしま>

- 3月1日 高松市直島町地域生活支援拠点事業緊急時対応合同研修会 <松村>
- 3月3日 令和2年度第2回香川県精神障害にも対応した地域包括ケアシステムワーキング <遠藤>
- 3月4日 香川県社会就労センター協議会 総会及び役員会 <本多>
- 3月5日 令和2年度精神障害者の地域移行・地域定着関係者研修会(講師派遣) <遠藤>
- 3月9日 第20回基幹中核・地域生活支援拠点合同会議 <松村・高橋>
- 3月11日 令和2年度第2回香川県障害福祉セミナー 工賃向上オンライン研修 <東川・本多ひ>
- 3月18日 高松圏域自立支援協議会 相談支援部会 <遠藤>
- 3月19日 高松圏域自立支援協議会 精神保健福祉部会 保健と医療と福祉の連携WG <遠藤・松村>