

宇部幸楽苑広報紙



幸 楽 苑 だ よ り

節分



2月号

発行元：介護老人保健施設 宇部幸楽苑
発行日：令和7年 2月1日
TEL 0836-51-3113 FAX 0836-51-5522



『大願成就!!』

1F 介護士チーフ 石田奈津美

昨年に引き続き、今年もこの欄の担当を任せられました。もうあれから1年？

1年が年々早く過ぎて行く気がするのは私だけでしょか…。

ところで、皆さまお正月にはおみくじを引くと思いますが、引いた後どうされていますか？おみくじ掛けに結んだり、お財布の中に入れていたりすると思います。気になってどちらがいいのか調べてみました。

インターネットサイトに書いてあったのは、厳密には決まっておらず、おみくじ掛けに結んでも、持って帰ってもいいとのこと。しかし、おみくじに書かれているアドバイスの意味がわかってくるのは、引いてしばらく経ってからという状況も多く実際、2週間〜1ヶ月後におみくじを読み直して「このことを指していたのか」と驚くこともあるので、もしよろしければおみくじを引いたあとも持ち帰り、折に触れて読み返してみても下さいと書いてありました。

確かにそうだなと思い、来年は少しの間持っておき読み返してみたいと思います。



ちなみに、くじが不要になった場合は、寺社の納札所に納める、または年末年始のお焚き上げに出す方がいいと書いてありましたので、持ち帰った方はその方法を納めてください。

最後に、毎年恒例の新年の幸楽神社へのお詣り、おみくじを引いて運試しをしている皆様の様子を写真でご紹介します。

《基本理念》

私たちはサービス提供者として、常に、地域社会における入所者様・ご家族並びに利用者の立場に立って考え、最善の行動を致します。

《運営方針》

- 1.常に笑顔で誠意のある対応を心掛けます。
- 2.説明と同意の実践に努め、納得いただける施設サービスを実施致します。
- 3.人権を尊重し、入所者様・ご家族と共に職員が一丸となって自立生活の支援を致します。
- 4.個人の尊厳とプライバシーの保護に努めます。
- 5.疾病や障害の予防と適切な施設サービスを提供致します。
- 6.地域社会と連携して質の高い施設となるよう努力し、職員は日々研鑽に努めます。

「節分について調べてみました」

2階 理学療法士 富田 康平



節分についてインターネット調べる機会があり「そうだったのか」と勉強になりましたので、皆様にもご紹介したいと思います。

「節分は昔の人々にとって「大みそかの日」？」

「節分」には「季節を分ける」という意味が込められ、本来、立春(りっしゅん)、立夏(りっか)、立秋(りっしゅう)、立冬(りっとう)の前日を指します。

なかでも昔の日本が大切にしていたのは立春の前日の「節分」です。旧暦では春が1年のはじまりとされ、立春の前日の「節分」は1年を締めくくる、大みそかの日だったようです。

「どうして節分で鬼を退治するようになったの？」

昔は病気や災害など目に見えない出来事は邪気(鬼)の仕業だと考えられていました。とくに季節の分かれ目には体調を崩しやすい人がいたからか邪気が生じやすいとされ、邪気払いをするようになったといわれています。



「豆まきの由来」は中国の風習がきっかけ」

豆まきをするようになったのは、中国から悪い鬼を追い払う「追儺(ついな)」という行事が伝わってきたと考えられています。これが奈良時代日本に伝来し「豆まき」として庶民に広がったのは室町時代のようです。

「恵方巻」の由来は？食べ方は？」

節分といえば「恵方巻」を思い出す方も多いと思いますが、恵方巻の起源には諸説あるようです。

大阪の花街で節分の時期に海苔巻きを恵方に向けて食べた。大阪道頓堀で海苔業界によるイベントがあり、そこで巻き寿司の早食い競争が行われた。など、いずれも大阪が発祥とされているようです。1980年代にコンビニエンスストアが恵方巻を節分に合わせて販売するようになり、全国的に認知されるようになったようです。

今年の恵方巻きの方角は「西南西」です。皆様無言で食べられるかチャレンジしてみてください。



「徒然なるままに」...

1F 看護師 金澤 清美

私事ですが先日、映画「はたらく細胞」を観てきました。体内ではたらく細胞の様子がとても分かり易く、面白かったです。自分の体内の細胞とはいえ、細胞たちが、こんなに頑張ってくれているなら、身体のことを考えて細胞に良い環境を提供しないとなあ。不摂生はいけないなあ。自分も頑張らなくて死に生きないなあ。と思いました。

「細胞に意識を向けて感謝することで喜んでくれるですよ」とコメントを送ってくれた方も居ました。そういえば最近、足の指1本から膝関節、股関節、足関節と丁寧に向かってストレッチ、マッサージをする指導を受けて実施してみると、動きが軽くなった。という体験をしました。私は、持病があるので、関節の動きが悪いのは当然で仕方がない、上手く付き合っていくしかないと思っていました。が、これを機に、これからは、もっと自分の身体に向き合って、声かけて、感謝していいかなと思いました。どうぞ皆様もお身体ご自愛ください。

