



# 四季の里だより



No.226 平成30年2月号

介護老人保健施設『四季の里』

新座市北野2-14-8

TEL 048(482)8008

http://www.shikisato.jp/

## 1月行事の報告

平成30年の年頭行事『新年会』が1月13日(土)に開催されました。今年も職員による獅子舞とおかめ、ひょっとこが踊りで皆様を出迎え、各階のご利用者様が2階フロアに集合するまで獅子舞がご利用様を「ガブリ」、「ガブリ」と健康で良い年であります様にと願いながら頭や体を噛みついて回りました。噛まれたご利用者様はニコニコと笑顔に満ち溢れていました。

全員が揃ったところで、関施設長の新年の挨拶があり、その後毎年恒例の『北野太鼓』の皆さんによる太鼓の演奏を披露して頂き、今年も迫力満点でそこにいた全員が感動していました。いつもは太鼓の演奏と獅子舞は別々に行っていましたが、今回は2曲目を演奏に合わせて舞いすごく見応えのあるものになり、皆さん大喜びでした。

最後にはアンコールの声があり、最高に盛り上がりを見せたところで閉会となりましたが、今年もいい年になりそうな予感を感じる幸せなひと時になりました。

## 新年会



北野太鼓のみなさん



《行事食》 ちらし寿司  
刺身盛り合わせ(マグロ、サーモン、甘海老)  
里芋のそぼろあんかけ  
すまし汁(おつゆ、三つ葉)  
抹茶ようかん



## デイケア通信

### わんわん♪戌の張り子

年が明けて、干支は戌年。今月は戌の張り子を作りました。「張り子」は、日本各地で作られてきた紙人形で、人の形や動物の形に似せたものは魂が宿るとされ、厄除け、福を招く縁起物等として広く親しまれてきました。他にも犬が「正直で魔を除き、主恩を忘れず、お産が軽くて生育がよい」とされたところから、安産や子供の成長を祝うものとしてもあるそうです。制作内容としては、丸いボールに白い和紙を何枚も周りに貼り付けて本体とし、それに耳・髪・前掛を貼り付け、顔を書いて完成となります。皆様黙々と制作され、「こういうのを作るのって無心になって良いね」「顔を書くのが難しいなあ」「その顔かわいいね」等、様々な感想をもたれて、戌の張り子は皆様かわいく仕上がっていました。



## 節分豆まき

毎年2月に四季の里でも「豆まき」を行っていますが皆さんは由来とルールがあるのを知っていますか？今回紹介したいと思います。

### 〈由来〉

季節の変わり目には鬼が出るといわれていて、節分に豆をまいて鬼を追い払うのは、室町時代から続いています。何故豆をまくのかについては色々な説があります。米や豆には、邪気を払う力があると言われています。その力で鬼を追い払うためという説が一般的です。



### 〈豆まきのルール〉

- ①豆まきをする前に豆まき用の福豆を升に入れて、豆まきの直前まで神棚にお供えて、神様の力を宿すようにする。(神棚がない場合には目線より高いタンスなどの上に、白い紙にのせてお供えをする。)
- ②節分の日の夕暮れ、つまり日が沈む時間に窓を開けて、家の奥から外に向かって豆をまいていく。
- ③豆をまくのは、家の主人か年男とされている。
- ④掛け声は「鬼は外、福は内」と元気良く。
- ⑤鬼を追い払ったら、すぐに窓を閉めて、自分の数え年の数だけ豆を食べる。

豆を食べる事で、鬼退治が完了したことになります。このルールで行っている方はいたでしょうか？是非参考にしてみてください。

## 東京マラソン

2月25日開催の東京マラソンも今年で12回目を迎えます。世界的なマラソン大会でもあります。何といても36000人もの一般の市民ランナーが、東京都庁をスタートして飯田橋・神田・日本橋・浅草・両国・銀座・日比谷、そしてゴールの東京駅まで東京のど真ん中を走り抜けます。ランナーにとっては沿道で応援する沢山の人の声援を受けながら42.195キロを、「完走する」「記録を更新する」等、自分の目標に向かって、楽しくも、時に苦しみながら頑張る1日です。今回の当選倍率は12.1倍で、東京マラソンを走りたくてもなかなか走れないのが現状です。私は奇跡的に一度抽選に当たって走った事がありますが、「辛いのは気のせい！」というプラカード見て「辛いのは気のせい！気のせい！」と自分に言い聞かせて走った事を思い出します。10万円を支払えば優先的に先着4000人がチャリティランナーとして参加する事が出来るそうです。芸能人ランナーも参加してこの大会を盛り上げてくれています。

## 3月行事のお知らせ

3月10日(土)14時より2階フロアにて『ひな祭り会』を行います。五節句の1つ、桃の節句を皆で祝いましょう♪

## ご相談ください

介護老人保健施設『四季の里』は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

- \* 入所 \* 短期入所
- \* 通所リハビリテーション
- \* 訪問リハビリテーション

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。

TEL 048-482-8008 四季の里