

第 59 号



ゆとりあん



社会福祉法人新潟しなの福祉会
地域生活支援センター「ゆとりあ」

〒950-0083

新潟市中央区蒲原町7-1 東地区総合庁舎2F

TEL 025(240)8000 FAX 025(240)8111

相談専用 TEL 025(248)7170

E-Mail : yutoria@sweet.ocn.ne.jp

URL: <http://www.shinano-niigata.sakura.ne.jp/>

★★★ お知らせ ★★★

3月4日(水)は法人会議のため、閉館時間が早まります。【閉館17:30】

3月21日(土)は研修のため、休館となります。

★★★ 3月の予定・みそ汁の会 ★★★

茶話会	3月31日(火)
みそ汁の会 ●毎週土曜日の開催	3月7日(土)、14日(土)、28日(土) 21日(土)は休館のため、みそ汁の会はお休みです。

茶話会のご案内

今年度最後の日に、お茶でも飲みながら楽しく過ごしましょう。

お菓子なども用意してお待ちしております。

是非、ご参加ください。

日時：3月31日(火)
15:00~17:00くらい
参加費：100円



ウィルス感染対策 予備知識

一人ひとりができるウィルス対策で備えましょう

- 手洗い**……ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウィルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。
- 普段の健康管理**……普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。
- 適度な湿度を保つ**……空気が乾燥すると、のどの粘膜の防衛機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適度な湿度(50~60%)を保ちましょう。

〈咳エチケット〉～他の人にうつさないために～

- ①マスクを着用します。
- ②ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- ③とっさの時は袖や上着の内側でおおいます。
- ④周囲の人からなるべく離れます。



ゆとりあの節分

2月3日(月)は節分でした。ゆとりあでは2名の鬼が出現しました。

鬼が並んで休憩、鬼のほうから「おに合いでしょ」の一言。一瞬、無言になりましたが、鬼を逃してなるものかと「鬼は～そと！福は～うち！」と暴れる鬼に向かって豆を撒きました。



あまりにも上手な鬼役でしたので、突撃インタビューすると、三条の有名なお寺の節分での鬼を参考にしたとのことでした。とても素晴らしい鬼役をありがとうございました。

「今年も一年元気に過ごせますように」と願いを込めながら、みんなで豆を美味しく食べました。



利用登録・更新のお知らせ

ゆとりあを利用させていただくにあたり、利用者の皆様には利用登録をお願いしています。利用登録は年度ごとの更新となりますので、現在登録されている皆様にも更新の手続きが必要となります。

更新についての詳しい内容は、改めてゆとりあ内でお知らせ、またはスタッフよりお声がけさせていただきます。

新規登録、見学につきましては随時受け付けておりますので、お気軽にお問合せください。



3月3日はひな祭り

2月に入り我が家にも雛人形が飾られていました。少し前には「明けましておめでとう」と言っていたかと思うと先月号では節分について掲載されており、もうひな祭りの時期なんてと思うほど時が流れるのが早いですね。歳を取ったせいなのか、こうした日本古来の行事を大切にしないと考えるような歳となってきました。

節分ではないですが、ひな祭りについて調べてみました。ひな祭りの由来は、中国から伝わった「五節句」という行事のひとつ「上巳」だそうです。季節の節目を意味する「節」のころは、昔から邪気が入りやすいとされ、五節句のひとつ上巳には、中国では川で身を清める習慣があったそうですが、日本では紙などで作った人形で自分の体を撫でて穢れを移し川に流すことで邪気祓いをする行事として広がったそうです。人形を流して邪気をはらうこの風習が、現在でも残るひな祭りの行事「流し雛」の起源と言われているそうです。

≪五節句とは、「人日(七草がゆ)1/7」・「上巳(桃の節句)3/3」・「端午(菖蒲の節句)5/5」・「七夕(星祭)7/7」・「重陽(菊の節句)9/9」≫

日本でひな祭りとなったのは、平安時代の貴族の子どものあいだの遊びである「ひな遊び」が(現在のままごとのようなもの)、上巳と結びついてひな祭りの原型になったのではないかとされているらしいです。女の子のお祭りですが、雛人形を目で楽しむイベントも県北の市でも3月になると開催しているので調べて見て、行ってみるのも良いかもしれませぬ。



鈴木(男性)