

# 壽

ことぶき第69号

発行元 特別養護老人ホーム 梅寿荘/養護老人ホーム 梅寿荘  
はーとぼーと 梅寿荘

〒630-0266生駒市門前町8-7  
電話 0743-74-1175  
FAX 0743-74-0452

http://www.baijusou.jp/  
E-mail: baijusou@kcn.ne.jp

編集長/栗本 喜里仁  
2014年1月1日 発行



## 「白寿のお祝い」

### 「午年にちなんで」

施設長 辻村 泰範

新年あけましておめでとうございます。

除夜の鐘の音を聞きながら静かに新年をお迎えになられた方も、賑やかに大勢でカウントダウンをして午（ウマ）年をお祝いされた方もあるだろうと思います。

ところで、十二支は時刻を表す記号でもあります。一日を午前と午後の半分に分けますが、お昼の十二時正午から前を午の刻より前なので、午前と言い、午の刻より後を午後というわけです。因みに今年の元旦のお昼の十二時は、午（ウマ）の年の正に午（ウマ）の刻ということになります。なんだかウマいもので一献という気分。

午前は0時から始まり午前十二時まで、午後は0時から始まり午後十二時まで、従って午前十二時と午後0時つまり正午は同じ時刻ですが、午前十二時五分や午後十二時五分という言い方は本来ありません。

しかし、案外私達は日常生活の中で、このような使い方をしている場合があるかもしれません。ちよつとはみ出しているだけです。そんな目にくじらを立てなくとも思うのですが、午後十二時五分がお昼過ぎなのか深夜なのか、戸惑う人もあるかもしれません。こんな時間に帰宅すると午前様ということになってしまいます。

何気なく使っている言葉や文字もちよつと振り返ってみると、なかなか奥深い。午年は十二支の後半の始まりです。前半を振り返りつつ、気を引き締めて後半の六支六年に挑んで行きたいと思えます。

## ～東北の今～

生活相談員 今井 康順

この度、奈良県老人福祉施設協議会より福島県相双地域の特別養護老人ホームへの介護職員派遣として、8月31日～9月14日の2週間、南相馬市にある特別養護老人ホーム竹水園へ行かせて頂きました。原発事故の影響により、福島県相双地域に所在する施設では、介護職員の安定的な確保が困難な状況が生じているためです。竹水園でも、放射能による避難区域に指定され、業務が停止し、多くの職員が避難のため、南相馬を離れたと聞きました。

東日本大震災より2年以上が経過し、どこか過ぎ去った出来事のように感じていたように思います。ですが、実際には放射能による問題は置き去りとなっており、そこで暮らす方々の悩みを実際に聞き、毎日のように流れてくるテレビからの情報など、関西とは感じ方に大きな温度差があるように思いました。

「いまだに自宅に戻れず、ねずみが住み着いて住めるような状態ではない」「風評被害で農作物は作っても流通にも乗らない」など生活に直結する悩みは切実でした。

また、今も手つかずとなっている津波被害のあった海岸線を実際に見た時は、大きな衝撃を受けました。同じ津波被害を受けた岩手県や宮城県の海岸線の現状も見ましたが、放射能の影響のためか、福島県の復興は特に遅れているように感じました。原発事故による避難区域に近づくほど被害は深刻で、田んぼの真ん中に放置された車や、ガラスが割れ、傾いた家など今も尚、町は荒れたままでした。自分の目で見たことや、ご入居者から聞いた生の声は、テレビや新聞などのメディアからでは伝わってこない現実を知りました。ですが、知り得たことは、氷山の一角でしかないようにも思います。直接見て、感じたことは、ひとりでも多くの方に伝えていきたいと思っております。

辛く悲しいことを胸にしまい、明るく元気で力強く、頑張っておられる姿は、応援に行かせて頂いたつもりが、逆に元気を頂きました。短い期間ではありましたが、ご入居者や職員の方々との関わりや福島で過ごした二週間はとても貴重な経験となりました。

復興支援と言いましても、現実的に何が必要でどのような事が支援になるのか、わからないのが現状です。「未曾有の大震災を決して忘れない」ことが大切であると思いました。

最後になりましたが、この場を借りて、このような機会を与えて頂いたことに、心からお礼申し上げます。



## 食に関係する行事が年間通じていくつかあります。

1月から新年がはじまり、1日から7日まで正月を過ごし、2月に節分で豆まきをし、3月に桃の節句でちらし寿司とハマグリのお吸い物を食べ、4月お花見で花見団子、5月端午の節句で柏餅やちまきを食べ、6月夏至でタコを食べる。7月七夕でそうめんを食べ土用の丑の日になぎを食べ、8月のお盆には精進料理を食べ、9月重陽の節句に菊にちなんだものを食べ、十五夜にお月見をしながら月見団子を食べる。10月十三夜で月見団子や栗料理を食べ、11月には七五三で千歳飴を食べ、12月冬至に南瓜、大晦日に年越しそばを食べる。と言ったように季節ごとの行事に食はつきものです。

その時に決まったものを食べることに理由がある場合が多くそのいくつかを紹介したいと思います。

## 1月

- お屠蘇◆◆◆** お屠蘇には鬼気を屠絶し人魂を蘇生させるという意味があり、邪気を払い、不老長寿を願う薬酒として新年になると年少者から順番に飲むものとされている。
- おせち料理◆** 正月は年神様を迎えて豊作を祈る儀式の1つなので、その間は音を立てたり火を使うことを慎むということでおせち料理を作るようになった。
- 人日◆◆◆◆** 古代中国では、正月1日に鶏、2日に犬、3日に羊、4日に猪、5日に牛、6日に馬、7日に人、8日に穀を占う風習があり、その日が晴天なら吉、雨天なら凶の兆しであるとされていて、7日の人日には邪気を祓うために七草の入った粥を食べ、一年の無事を祈ったことが日本に伝わり「七草がゆ」になった。(1月7日)
- 小正月◆◆◆** 1月15日。家族の健康を祈り、1年中病気をしないようにとの思いでこの日の朝には小豆粥を食べる。

## 2月

- 節分◆◆◆◆** 節分に行われる豆まきは、追なという宮中行事と寺社が邪気を祓うために行っていた豆打ちの儀式が合わさったもの。  
※追な・・・弓矢などで悪鬼などを追い払う宮中行事。

## 3月

- 桃の節句◆◆** 女の子の節句。ひな人形を飾り、白酒、菱餅、あられ、桃の花等を供えて祀る。女の子の節句ということで、美德と貞節を意味する蛤を使ったお吸い物や、れんこんやエビを使ったちらしずしは縁起がいいものとされて使われた。

## 4月

- 花祭り◆◆◆** お釈迦様の誕生日。お寺にお参りして草花を飾った花御堂に安置された誕生仏に甘茶を注ぎ礼拝する。甘茶はお釈迦様誕生の時、九体の竜が香湯を注いだという伝説に基づいている。

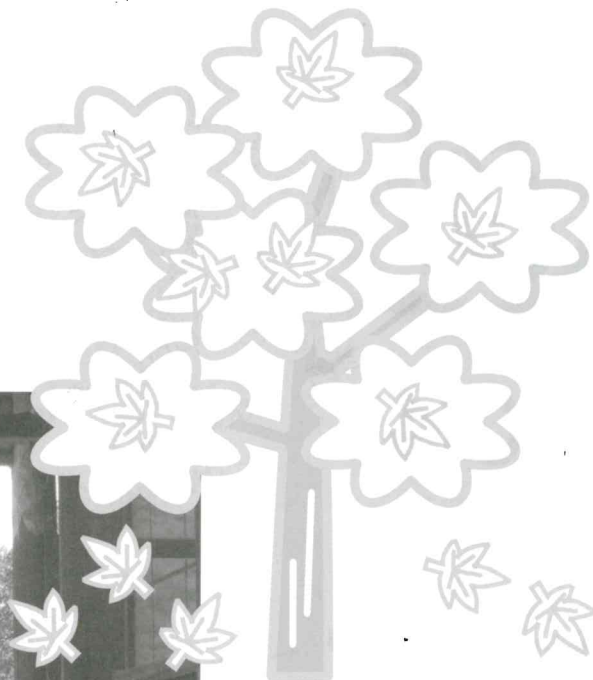
何気なく習慣づいて行われている行事にも、意味があつて決まったものを食べたりしているということがわかります。5月以降の行事についても機会があれば紹介していきたいです。





# 遠足

行事委員会の10月の企画として、10/11(金)半日コースと10/15(火)の1日コースのプランで奈良公園近辺に遠足に行きました。たくさんのご利用者に参加していただきました。



東大寺南大門にて

## 半日コースの様子

この日は好天に恵まれ、大仏殿まで行きました。また、喫茶店にて美味しいケーキもいただきました。

## 1日コースの様子

あいにくの天候だったので予定を変更してイオンモールにウィンドウショッピングに行きました。

また、この日は、奈良公園付近にある「天平倶楽部」で、ご家族様と共においしい昼食をとりました。



美味しいケーキ満喫中♪



天平倶楽部にて、豪華な御膳でした



お買い物の後、フードコートにて。ご家族様との1シーンです

皆様のいつも以上の楽しそうな表情が印象的でした。ご利用者と共にご家族様も1日過ごし、日頃とまた違った刺激を感じて楽しんでもらえたと思います。機会があれば又企画しますので、是非、ご参加の方よろしく申し上げます。

# 「平成25年の梅寿荘の敬老会を終えて」

敬老会実行委員長 村上 尚

少し日が経ちましたが、去る平成二十五年の敬老会の実行委員長をさせていただきました。

力不足でおぼつかない部分も多々ありましたが、各実行委員を始めさまざまな方のご協力で無事催行することができました。この場をお借りして深く御礼申し上げます。

昨年の敬老会は、ご利用者が参加できるような仕掛けの多いものだったという印象でした。

踊りの振り付けを一緒にしてもらったり、歌を歌ったり、マジックショーの手伝いしてもらったりなどなど。合間の時間には、体をほぐすために体操の時間も入れ

てみました。ご利用者の反響も良かったのではと思うのですが、いかがでしたでしょうか。

また、裏方の仕事としては、実行委員同士や、実際に出し物を行う職員の方々とのこまめな確認作業がいかに大切かということがわかりました。

司会の担当者はどのタイミングで何を話すのか、幕はいつ開いていつ閉じるのか、照明は誰が点けるのか、いつ消すのかなど、ささいなことと思えることでも、しっかりと事前に相談して、段取りや具体的な役割を決めておくほど、本番ではスムーズにいくようでした。

た。臨機応変というのは、言葉で言うのは簡単でも、実際のところは難しいようです。

反省点は挙げればいろいろとあるのですが、それを伝えていき、また次の敬老会につなげていければいいと思いました。

職員の皆さま、今年も工夫して敬老会を盛り上げていきましょう。



# おでかけ日記

~~~~~ はあとぼーと 坂口 文香



年に数回決った友人と出掛けます。今回は生駒の近場にしようと、宝山寺から暗峠方面へ向って歩きました。紅葉はまだ本格的ではないけれど、秋深まって少し肌寒かったです。山道の途中に可愛いお店があり、ランチタイム。お腹も満足した所でまたてくてくとしばらく歩きます。暗峠の手前の道を上っていくと今日の目的地の陶芸工房が有りました。森の中にあつて素敵な感じですよ。体験教室で湯呑みを作ったのですがな

かなか思う様に出来なくて…奥深いんでしょうね。出来上がりが楽しみです。近くで山道散歩してランチして陶芸もできて、今回も楽しい時間を過ごせました。

## “白寿のお祝い”



白寿のお祝いに生駒市の山下市長がお祝いに御来荘くだり、記念品の贈呈がありました。梅寿荘では2名のご利用者の方が白寿を迎えられました。

生駒市内で99歳以上の方は35名おられ、そのうち29名が女性だそうです。

長生きの秘訣は何ですか？と市長に尋ねられると、「よく食べて、よく動き、よく眠ること」、楽しみは「食べること、ラジオを聴くこと」と答えられていました。これからも末永く御長寿を重ねられますよう、職員一同心より祈念しております。

### 新スタッフ 紹介

谷口礼子  
さざんか  
すいせんユニット

私にとって2014年は、経験することのできない、特別な時間ひとつひとつが、大切なピースとしてしっかりとつながり、これからもひとつずつ、ピースをユニットのみんなと増やしていきたいと思ひます。

# 壽

## ことぶき第69号

2014年1月1日 発行

### 編集後記



表紙の行事 白寿のお祝いの様子

新年明けましておめでとうございます。

皆様、正月休みで心も体もリフレッシュされたことと思ひます。

もちろん、皆様それぞれ胸に期するものがあると思ひます。

昨年は敬老会・遠足などの様々な行事などをおこなってきました。

午年の方は、華やかな存在感があり情熱的な性格で才知、才能には富んでいると言われ、たとえ挫折してもどんな状況でも短気を起こさず前向きな姿勢を失わないと言われている。

また午年じゃない皆様も充実した1年になるように全員で頑張つてまいりましょう。

広報委員会:栗本・今井・喜多・辻村・小林・杉田