

# Life newspaper

## 笑顔の輪が広がるように



### 端午の節句



爽やかな風が吹き渡る季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。全国に緊急事態宣言の延長が発表され引き続き外出自粛の要請で気持ちも沈みがちになりますが、もう少しの辛抱と今は信じて頑張りましょう。という事で5月の豆知識をどうぞ。

### 端午の節句とは

日本の端午(たんご)の節句は、奈良時代から続く古い行事です。

端午というのは、もとは月の端(はじめ)の午(うま)の日という意味で、5月に限ったものではありませんでした。

しかし、午(ご)と五(ご)の音が同じなので、毎月5日を指すようになり、やがて5月5日のことになったとも伝えられます。



・当時の日本では季節の変わり目である端午の日に、病気や災厄をさけるための行事がおこなわれていました。

この日に薬草摘みをしたり、蘭を入れた湯を浴びたり、菖蒲を浸した酒を飲んだりという風習がありました。

厄よけの菖蒲をかざり、皇族や臣下の人たちには蓬(よもぎ)などの薬草を配り、また病気や災いをもたらすとされる悪鬼を退治する意味で、馬から弓を射る儀式もおこなわれたようです。

・五月五日の端午の節句に「鯉の吹流し」を立て、「武者人形(五月人形)」を飾って男の子の前途を祝うようになったのは、徳川時代からです。

五月五日の節句は、五と五を重ねる事から「重五」、菖蒲を用いる事から「菖蒲の節句」などと呼ばれています。「五」と「午」が相通することから、初節句を「端午」「端五」(端ははじめの意)と書きました。

・菖蒲は薬草で、邪気避け、悪魔を払うという昔からの信仰があり、節句にはヨモギとともに軒にさし、あるいは湯に入れて「菖蒲湯」として浴しました。



### 健康の里

### きまち湯治村



宍道町にある「健康の里 きまち湯治村」に藤の花を見に行ってきました。コロナ対策としてマスク着用はもちろんのこと、人混みがないことを確認し滞在時間を短くしました。1ヶ月以上外出レクは自粛でしたので利用者の心と体のバランスを考えての外出です。短い時間ではありましたが太陽の光、心地よい風、美しい花、最高のサプリメントを頂きました。きまち湯治村には公園の他にも温泉やお食事処、農産館やプールなどの運動施設があります。コロナ終息後にはぜひ足を運んでみてはどうでしょうか。お問い合わせ 〒69910405 島根県松江市宍道町上乗待20615 TEL085216617300



## らいふ嫁島デイサービス1日の流れ

- 9:30 朝茶・バイタルチェック（体温・血圧・脈拍の測定）  
入浴・余暇・創作活動
- 11:45 口腔体操・昼食・口腔ケア・午睡
- 14:00 体操・歌・レクリエーション
- 15:00 おやつ
- 15:30 余暇活動及びゲーム

## Happy Mothers Day

毎年5月の第2日曜日は母の日です。家族の皆様、関係者の方々にはコロナウィルス感染拡大防止為、不要不急の面会、来所を控えて頂いています。皆様のご協力に感謝いたします。「早く逢いたいから今は我慢」・・・もう少しの辛抱です、共に頑張りましょう。

(月) (水) (木) 昼食の準備...野菜を洗う・皮を剥く・包丁を使い食材を切る・ハサミで食材を切る・味付けをする・煮る・炒める等。利用者様のレベルに合わせて出来ることをしてもらいます。その他、外出レクリエーションや菜園の手入れなど。少人数なので利用者即した内容で楽しんでもらえます。また、月に2回音楽療法士による音楽療法があります。子供の頃の童謡から懐かしの歌謡曲までみんなで歌ったり音楽に合わせて楽器を叩いたり、大人気のレクリエーションの一つです。



### 今月のスタッフ紹介

鍛冶 由珠 かじ ゆみ

介護福祉士/サービス提供責任者

【特技 楽器演奏】

山口県出身のしつかり者、誰よりも早く動く姿はまるでジョン・ウォールのようだと言われ認めるところ。「資格を生かし介護の仕事を通じて色々な経験を積みながら」と松井常松ばりのダウンストロークを刻みながら抱負を語ってくれました。サービス提供責任者として頑張っています。

