



ひな祭り

3月3日は雛祭り。きらびやかな衣装をまとった人形を飾り、ちらし寿しやハマグリのお吸い物でお祝いをするご家庭もありますね。今回は女の子の節句、『お雛様』の由来と人形に関するお話です。

由来

雛祭りは、「上巳（じょうし）の節句」と「雛遊び」が由来と言われています。「上巳の節句」は中国の五節句のひとつで、川で身を清めて邪気を祓いました。それが平安時代に伝わり、自分の代わりに人形にけがれを移して水に流し邪気と祓う「流し雛」となりました。また、当時貴族の子供たちの間で雛遊び、今でいうと「ままごと遊び」が流行り、このふたつが結びついて雛祭りの原型となったと言われています。やがて人形は飾るものとなり、江戸時代に女の子の行事として定着し、時代と共に人形も豪華になっていきました。

人形豆知識

雛人形は宮中の婚礼の様子を表しています。親王と親王妃の並び方は京雛か関東雛で異なります。向かって右に親王が位置する場合は京雛、左に位置する場合は関東雛です。三人官女は宮中に仕える女性です。生活を支えるとともに礼儀作法等を教えます。真ん中の女性は眉を剃り、お歯黒をしています。これは既婚者であることを表しています。五人囃子はお囃子を奏でる人たち。元服前の少年たちが揃います。隨身は警護担当です。仕丁は宮雑用係で、唯一の一般庶民です。怒り上戸、泣き上戸、笑い上戸の3人がいて、表情豊かに育ちますようにとの

願いが込められています。他に、敷かれている赤い布は緋毛氈（ひもうせん）と呼ばれ、赤には魔除けの効果があります。ちなみにハマグリは貝殻がぴったり合うため「良縁」を意味しています。漢字で書くと

「蛤」、右側に「合」がありますね。お雛様には、女の子の健やかな成長と幸せへの願いが込められているのです。



セカンドライフサポート 暮らし方の提案

雪災から身を守る対策！！

雪災とは・・・
気圧配置や上空の強い寒気等によって積乱雲が発達し、大雪が降ると積雪や凍結により、転倒・骨折・転落事故をはじめとする雪災を引き起こす要因になります。

対策・・・

- ①雪かきや雪おろし作業は、家族や近所の人と必ず2名以上で行いましょう。特に屋根に上るときは、建物周りに雪を残し命綱とヘルメットを着用しましょう。
- ②カーポートのある方は、岩手の地域では積雪50cm～100cmの耐雪タイプが使用されていますが、かなりの荷重がかかりますので、なるべく雪を落としましょう。
- ③雪道では転びにくい歩き方をしましょう。ペンギンのように歩幅を小さくして歩くと、体の揺れが小さくなり転びにくくなります。つるつる路面では滑りにくい靴底の履物を選び、靴底全体を路面に付けて体の重心をやや前において歩きましょう。

セカンドライフサポート担当：高橋

水本グループ
介護支援スタッフが様々な情報をお届けします！

有料老人ホーム 「なごみ館」向中野

を紹介します！



こんにちは！今月は、なごみ館の紹介をいたします。なごみ館は住宅街の中にあります。周辺は大型のスーパーや病院など、生活に便利なお店や施設が沢山有り、とても便利で住みやすい所になっております。新しい道路や家が次々と出来ているので、初めてお越しになる方やタクシーの運転手さんは迷う事もあるかもしれません。

今年は数年に一度の寒波と言う事で寒い日が続いておりましたし、全国で雪害による被害も出ました。冬になり気温が低下すると水道管が凍結する事があります。凍結すると、解氷作業や水道管が破損し修理に、多くの時間や費用がかかり大変です。今年は特に寒かったので凍結した家庭も多かったのではないかと思います。

なごみ館の中はエアコンが効いているのでとても暖かいです。入居者の皆さんはテレビを見る人や、歩行練習をする人など、のんびりと過ごしております。特に皆さんが好きなテレビは時代劇で



毎日放送されている水戸黄門が一番の楽しみだというご利用者様もいらっしゃいます。

もう一つの楽しみに入浴があります。熱いのが好きな方や、ぬるま湯が好きな方、それぞれいらっしゃいますが、皆さん百万石の温泉が気に入っているようです。長湯や高温での入浴には十分注意しています。また、急激な温度変化や転倒などにも細心の注意をしております。ご利用者様には心ゆくまで温泉を楽しんでもらえたら良いと思います。



最近、暗い話題が多いですが、施設の中はいつも暖かく、“なごみのある施設”でありたいとスタッフ一同願っております。



< 編集後記 >

< スケートの思い出・その2 > 盛岡レジャーセンター

私が小学生の頃の盛岡のスケート場と言えば岩手県営スケート場でした。その頃は高松の池も滑ることができたらしいのですが、すみません、記憶にありません。もう1カ所、若園町の現在の藤原養蜂場の辺りに屋内スケート場がありました。調べたところ「盛岡レジャーセンター」という施設でした。夏は温水プールとして利用されていたようです。その盛岡レジャーセンターで、ひとりで手すりを頼りにたどたどしく滑って(歩いて?)いたところ、見かねたのか、悠々と滑っていたサングラスの男性が近づいて来ました。何と私を後ろから支えて滑ってくれたのです。バランス感がない私はただただ“ぐでっ”身を任せました。重くて大変だったに違いありません(笑)

盛岡レジャーセンターでのちょっぴり恥ずかしい思い出です。



3月11日で震災から10年が経ちます。新しい町並みに徐々に賑わいが戻りつつあるようにみえますが、コロナ感染症の影響を受けもどかしさを感じます。目に見える物の復興はもちろんですが、心の復興にも寄り添いたいものです。



株式会社 水本 セカンドライフサポート係
〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町南矢幅 6-606

お気軽にお電話ください。

TEL.019-697-1500