

三箇校区福祉だより

三箇校区福祉委員会 No.93

しあわせ
福祉広げて



共に学び共に生きる

令和5年1月(2023年) [編集・発行] 三箇校区福祉委員会

〒574-0077 大東市三箇4丁目1番5号 (電話) 072-873-8878

《開催予定日》

1月11日(水)

1月18日(水)

1月25日(水)

**1月4日は年始のため
休みです。**

元気でまっせ体操

- ◆ [三箇自治会館]
午前10時～11時 (マット不要)
- ◆ [三箇二丁目公民館]
午前10時～正午
- ◆ [新和町自治会館]
午後1時～2時30分
(※ 都合で中止になる場合があります。)



新年明けましておめでとうございます。日ごろより、校区福祉委員会の活動にご理解ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

本会は、大東市社会福祉協議会と協力して、地域住民の福祉を増進させ、安心して暮らすことのできるまちづくりを進めています。

昨年は、新型コロナウイルス感染症対策により、「ふれあいサロン」「子育てサロン」等の事業が中止となっておりますが、「元気でまっせ体操」のみ感染対策を万全にして実施しています。

また、昨年12月1日付けで、民生委員児童委員10名、主任児童委員1名に厚生労働大臣から新委員の委嘱状が伝達され、すでに新委員さんによる活動が始まっています。

コロナ収束までの遠い道のりではありますが、今年も当委員会は、様々な福祉の課題に積極的に取り組んでまいります。皆様のご支援、ご協力よろしく申し上げます。

三箇校区福祉委員会 委員長 岡崎信久

笑いヨガ開催

12月14日、三箇自治会館「元気でまっせ体操」終了後、笑いヨガが行われました。指導をしていただいたのは、慶生会理学療法士の前中尾さんでした。笑いヨガとは別にヨガをするのではなく、「笑い体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせたものです。皆さん大声で笑ったり手をたたいて楽しくされていました。



**会場がかなり
蜜状態になっ
てしまいました。**



大東市地域包括支援センター

地域にお住いの65歳以上のみなさんへ

参加無料

自分で歩き続けるために

運動習慣をつけましょう!

コロナ禍で運動不足や体力低下を感じていらっしゃる方、少し身体を動かしてみませんか。一人で続かないこともみんなでやれば続けられます。皆さん奮ってご参加ください。

令和5年1月26日(木)13:30~15:00

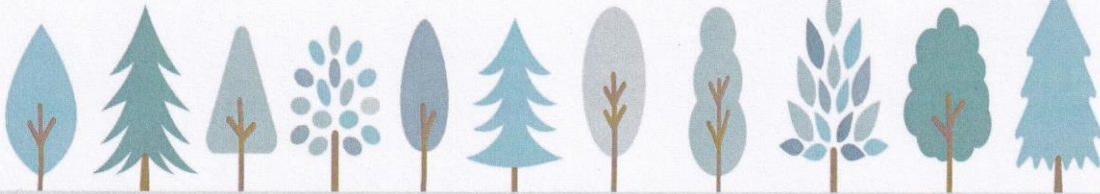
場所:ケアパートナー大東(三箇3丁目9-20)

内容:体力測定・体操・健康講話・施設紹介

申し込み方法:下記連絡先までお電話ください

持参するもの:水筒・タオル・老眼鏡・上履き

動きやすい服装でお越しください。



【お問い合わせ】

大東市
地域包括支援センター

☎072-800-5374

(藤田)

会場周辺地図





こんにちは

北部包括です



明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い致します。皆さんはどんなお正月を過ごされましたでしょうか。特別なことはなくとも、いつも通りが何よりだと思います。このお便りが皆さんのお手元に届くのはいつ頃なのか、もしかしたら7日は過ぎているかもしれませんが、今月は七草粥のお話をお伝えしたいと思います。

七草粥は奈良時代の宮中や神社でおこなわれていた「若菜摘(つ)み」の行事が元になっているそうです。七草全て言えますか？覚え方がありますね。「せり、なづな、ごぎょう、はこべら、仏の座、すずな、すずしろ、これぞ七くさ」江戸時代の北村季吟(きたむら きぎん)という歌人であり和学者として幕府にも仕えた方が詠みました。皆さんは七草を刻むとき唱え言葉を唱えていますか？私は唱えたことがないのですが、もう何年も前のことですが歌舞伎役者の十三世片岡仁左衛門さんがお正月番組の対談の中で話しておられたのを聞いて知りました。「七草なづな 唐土(とうど)の鳥が 日本の土地に 渡らぬ先に」と七草を刻みながら7回唱えるそうです。唐土の鳥とは中国の災厄をもたらす怪鳥のことだそうです。この唱え言葉は、豊作と平穏を願うもので、言葉を唱えまな板を叩いて音を立てることで疫病や流行り病を追い払う霊力があると信じられてきました。本来はこんな願いが込められた行事食ですが、お正月のご馳走で疲れた胃にやさしい食べ物でもあります。1月7日に七草粥を食べることは理にかなっていますね。唱え言葉を唱え七草粥を炊いて、今年こそコロナに去ってもらいたいと思います。

(寄稿 大東市地域包括支援センター作業療法士 藤田紀子)



大東市北部地域包括支援センター	072-800-3766
大東市基幹型地域包括支援センター	072-800-5374

あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては新春を清々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年は多くのお力添えいただき誠にありがとうございました。さて2023年最初のお知らせはお正月にまつわる小ネタを3つ。

・「あけまして、おめでとう」本当の意味

新しい年になっただけなのに...実は、この習慣、数え年といって、昔は1/1を迎えると「1歳、年をとる」と言われていました。そのため、無事に歳を重ねられたことを祝して「あけまして、おめでとう」というようになったそうです。またこの挨拶は松の内までです。西日本では1/15、東日本では1/7までが松の内とされています。

・「なんで鏡餅なの？飾る餅じゃないの？」

鏡餅の由来は単純明快で、鏡の形から付いたようです。鏡餅や正月飾りは神道の神様である「歳神様」を迎えるためのものだから。神様にお供えするものとして鏡を模して作ったお餅が鏡餅というわけです。歳神様は穀物の神とされていて、お正月に各家庭に回って来るといわれています。家の奥まで入ってゆっくりして頂けるように玄関から一番遠い部屋に置くのが正しいです。鏡餅を玄関に飾っているのは間違いだそうです。玄関から一番遠い場所もしくは、床の間が良いとされています。

・「祝箸はなんで両口なの？」

「それは、口を付ける側ともう一方は料理を取り分けるためでしょう！」と思っていた方も多いことでしょう。正しい答えは、一方は自分用で、もう一方は歳神様用です。取り分けには箸袋に「海山」と書いた箸を使います。両口を使う行為は、神様のお箸を使うのと同じことでバチ当たりの行為と言われているそうです。

安心・いきいきネット相談支援センター慶生会 住道 松谷 彰大 ☎ 072-806-2880
--