



恵方巻のルール

恵方巻きは、恵方を向いて食べるとよいとされています。恵方とは、その年の福德を司る歳徳神（としとくじん。年神様の別称）のいる方角で、その方角に向かって事を行えば何事も吉とされています。陰陽道では、恵方を向いて太巻きを丸かじりすると、その1年間を無病息災で過ごせると言われておりました。

恵方巻の食べ方にも作法・ルールがあります。

1. 恵方巻を食べる日は節分

最近では、立春の前日（2月。冬の節分）以外の節分に着目し、5月に春の恵方巻き、8月に夏の恵方巻き、11月に秋の恵方巻きを提供するところもあるそうです。

2. 太巻きをひとりにつき1本準備する

福を巻き込むことから巻き寿司。縁が切れたり福が途切れたりしないよう、包丁で切ってはいけません。七福神にあやかり、7種類の具が入った太巻きが望ましいとされています。巻き寿司を鬼の金棒に見立て、それを退治する意味もあるとか。

3. 恵方を向く

その年の歳徳神がいる方角で、何事も吉とされている恵方を向いて食べます。

4. 願いごとをしながら、黙々と最後まで食べる

しゃべると運が逃げてしまうので、食べ終わるまで口をきいてはいけません。さらに、目を閉じて食べる、笑いながら食べるという説もあるそうです。

2022年の恵方は北北西です！1年間を無病息災で過ごせるように挑戦してみたいかがでしょうか。

2月

行事予定表

済生会鹿児島地域福祉センター

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 武デイ：卓上ボーリング 武デイ：なぞり書き ☆セブンイレブン移動販売	2 武デイ：うちわリレー 武デイ：節分壁掛け 杜：理美容の日 ☆笑味ちゃん号移動販売	3 武デイ：棒サッカー 武デイ：節分壁掛け 特養、ケアハウス：節分 GHハイランド、5丁目：節分 杜：節分	4 武デイ：風船を狙え 武デイ：花の壁飾り	5 武デイ：フリスビー射的 武デイ：花の壁飾り ケアハウス：映画クラブ 杜：もりもりクラブ
6 武デイ：魚釣り 武デイ：小瓶飾り	7 武デイ：的当て 武デイ：小瓶飾り ☆パンの移動販売	8 武デイ：紙コップハンマー 武デイ：とんぺい焼き ☆セブンイレブン移動販売	9 武デイ：ポリ袋ホールイン 武デイ：とんぺい焼き ケアハウス：お菓子作り ☆笑味ちゃん号移動販売	10 武デイ：ゼッケンボトル 武デイ：茶碗蒸し 杜：カラオケ喫茶	11 武デイ：卓上ボーリング 武デイ：茶碗蒸し ケアハウス：カラオケクラブ	12 武デイ：うちわリレー 武デイ：パスタ ケアハウス：美術クラブ 杜：もりもりクラブ
13 武デイ：棒サッカー 武デイ：計算問題 ☆パンの移動販売	14 武デイ：風船を狙え 武デイ：チョコクレープ ☆セブンイレブン移動販売	15 武デイ：フリスビー射的 武デイ：小物入れ ☆笑味ちゃん号移動販売	16 武デイ：魚釣り 武デイ：小物入れ ☆セブンイレブン移動販売	17 武デイ：的当て 武デイ：ひよこタマゴ ケアハウス：変わり湯 杜：理美容の日	18 武デイ：紙コップハンマー 武デイ：ひよこタマゴ 杜：カラオケ喫茶	19 武デイ：ポリ袋ホールイン 武デイ：宝箱 ケアハウス：映画クラブ 杜：もりもりクラブ
20 武デイ：ゼッケンボトル 武デイ：宝箱 ☆パンの移動販売	21 武デイ：うちわリレー 武デイ：なぞり書き 杜：理美容の日 杜：誕生会 ☆パンの移動販売	22 武デイ：棒サッカー 武デイ：うぐいす絵はがき ケアハウス：誕生会 ☆セブンイレブン移動販売	23 武デイ：風船を狙え 武デイ：うぐいす絵はがき ケアハウス：ケアハウス喫茶	24 武デイ：フリスビー射的 武デイ：おひなさまリース 杜：カラオケ喫茶	25 武デイ：ポリ袋ホールイン 武デイ：おひなさまリース ケアハウス：カラオケクラブ	26 武デイ：紙コップハンマー 武デイ：カレンダー ケアハウス：美術クラブ 杜：もりもりクラブ
27 武デイ：的当て 武デイ：カレンダー	28 武デイ：ゼッケンボトル 武デイ：カレンダー	※ 移動販売（杜、ケアハウス）				

☆ GHハイランド（グループホーム武岡ハイランド）
 ☆ GH5丁目（グループホーム武岡5丁目）
 ☆ 武デイ（武岡台デイサービスセンター）
 ☆ ケアハウス（シルバーフラット武岡台）
 ☆ 杜（なでしこの杜）

☆ GH5丁目 不定期で音楽療法を行っています！
 ☆ 杜 毎週水・土曜日 ⇒ もりもりクラブ（集団リハ）
 ☆ 武岡台デイサービスセンター
 パワーリハビリ・カラオケ・生活リハビリ等
 レクリエーションを毎日、日替わりで行っています！



高齢者の消費者トラブル！こんなことはありませんか？！

注文や契約をしていない商品が一方的に送り付けられる『送りつけ商法』

健康食品などが一方的に送り付けられた場合、直ちに処分可能になりました。

※特定商取引法が改正されました（令和3年7月6日以降）

☆一方的な送り付け行為への対応3か条☆

その1：商品は直ちに処分可能

注文や契約をしていないにも関わらず、金銭を得ようとして一方的に送り付けられた商品については、消費者は直ちに処分することができます。

その2：事業者から金銭を請求されても支払い不要

一方的に商品を送り付けられたとしても、金銭を支払う義務は生じません。また、仮に消費者がその商品を開封や処分しても、金銭の支払いは不要です。事業者から金銭の支払いを請求されても応じないようにしましょう。

その3：誤って金銭を支払ってしまったら、すぐ相談

一方的に送り付けられた商品の代金などを請求され、支払い義務があると誤解して金銭を支払ってしまったとしても、その金銭については返還を請求することができます。

対応に困ったら一人で悩まずに『消費者ホットライン ☎188』へ連絡、または担当のケアマネジャーへご相談ください。

指定居宅介護支援センター高喜苑

花粉シーズン到来

2022年もあっという間に1ヶ月が経ちました。まだまだ寒い日が続きますが、2月は立春を迎え、暦の上では春にあたるそうです。こんなに寒いのに、もう春なの？と感じる方も多いと思いますが、早い地域では2月上旬から花粉シーズンがスタートします。日本気象協会によれば、今年の鹿児島県では2月中旬から花粉が飛び始めるようです。

最近は多くの方が外出時にマスクをしています。花粉対策で大事なものは、衣類に付着した花粉を部屋に持ち込まないことです。冬の衣類は静電気をまとい、知らないうちに空気中に飛散した花粉を引き寄せています。花粉対策を徹底して、花粉から身を守りましょう。

【花粉を防ぐ3つのポイント】

- ① こまめな手洗い・うがい・(洗顔)
- ② 洗濯する際は柔軟剤を使い、静電気の発生を抑える
- ③ 外から帰ったら、玄関でウェットシートなどを使って衣類に付いた花粉を落とす

特に手洗い・うがいは新型コロナウイルスやインフルエンザの感染症予防にも繋がります。対策を徹底し、花粉と上手に付き合いましょう。

事務部門
