



K O K I E N D A Y O R I

高喜苑便り

編集・発行 済生会鹿児島地域福祉センター／武岡5丁目51-10
電話 099-284-8250（代表） URL <http://www.saiseikai-kg.jp/>

2024
3
Mar
第 142 号



桃の節句にまつわる食べ物の意味

桃の節句は、「ひな祭り」とも呼ばれ平安時代から受け継がれる伝統行事です。女の子のいらっしゃるご家庭では、ひな人形を飾ったり、ひなあられを食べたりしてお祝いすることも多いようです。

桃の節句には、ちらし寿司、蛤のお吸い物などといった定番の食べ物がありますが、これらの食べ物には、さまざまな意味や祈りが込められています。

「ちらし寿司」

- ・エビ...長く生きられるように
- ・レンコン...先々を見通せるように
- ・豆...勤勉かつ健康に働けるように
- ・錦糸卵...お金持ちになれるように

お正月のおせちのように、具材のひとつひとつに意味や祈りが込められています。



「蛤のお吸い物」

蛤は、桃の節句にはもちろん、結婚式でもよく使われます。蛤は同じ蛤同士でないとぴったりと貝が合わないことから、夫婦円満の意味や祈りが込められているといわれます。ひな人形が結婚式をモチーフとしていることから、女の子が良縁に恵まれることを願い、蛤のお吸い物が定番メニューになったといわれます。

地域それぞれで「時期」「ひな人形を飾る位置」「ひなあられの種類」など風習に違いがあるようですが、桃の節句には「良縁」「健康祈願」「不老長寿」などの想いが込められています。遠い昔から受け継がれている伝統行事を大切に伝えていきたいですね。

グループホーム武岡ハイランド

ひな人形の豆知識



桃の節句といえば3月3日にするのが一般的ですが、4月3日に行う地域もあります。4月3日に桃の節句をお祝いするのが一般的な地域として、北陸や東北地方がよく挙げられますが、これらの地域も含め近年では3月3日にお祝いする家庭が全国的に増えているようです。

また、ひな人形を飾る位置にも地域差があります。ひな人形は作られる地域によって「関東びな」と「京びな」に分かれている為、飾り方にも地域差が生まれています。関東びなは、おひな様を向かって右に、お内裏さまを左に置きますが、京びなはこの反対です。日本では、現代でこそ西洋のマナーに合わせて右側を上座とするケースが増えていますが、昔から左側を上座とする風習があります。京都は特に伝統を守る傾向にあることから、左上位の京びなが作り続けられているようです。

飾る小物にも地域性があり、関東びなは武家、京びなは皇居といった、それぞれの暮らしをモチーフとしているものが多いようです。

季節にあった催しはいつになっても楽しいものです。季節を感じて生活に彩を加えてみてはいかがでしょうか？

ホームヘルプステーション高喜苑



防災の豆知識



忘れてはならない自然災害の一つが、2011年3月11日に発生しました。死者・行方不明者18,000人以上、今なお多くの傷跡を残す「東日本大震災」です。2016年4月14日、16日には「熊本地震」。2024年1月1日には「令和6年能登半島地震」が発生しました。日本は地震大国であり、世界で発生しているマグニチュード6以上の地震の約2割が日本周辺で発生しています。皆様は家庭や職場での防災対策はしっかりと行き届いていますでしょうか？防災の常識も昔と今では少しずつ変化をしてくているようです。そこで今回は、災害の新常識を少し紹介させていただきます。

①地震を感じたら「まず火を止める」？

地震が起きたとき、「まず火災の原因となる火を消すこと」と習った方も多いのではないのでしょうか？しかし、この常識は一昔前のことだそうです。現在は、火を扱う家電のほとんどが震度5以上の地震を自動で感知して停止します。ガスや電気コンロ、ストーブなどにも安全装置が備わっています。無理に危険は冒さず、揺れが収まってから消しましょう。

②備えておきたい災害グッズ

靴・スリッパを寝室に

過去日本で起こった災害を見ると、寝ている時間帯に様々な災害が発生しています。地震などが発生した時は、屋内でも窓ガラスなどの危険なものがたくさん散乱します。そこを通過して避難しなくてはならないため、靴やスリッパは寝室に置いておきたいアイテムです。

必ず必要になるポリ袋

雨天時のカップ・冷えを防ぐ保温シート・箱との組み合わせで水をためておくバケツ・使用できなくなったトイレとポリ袋を組み合わせた簡易トイレなど、様々な活用方法があるため、とても重宝するアイテムです。

地震はいつ起きるか分からないものです。いざという時に身の安全を守れるよう日頃からきちんと対策をしておきたいですね。

3月 行事予定表

済生会鹿児島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
  ※ 移動販売 (杜、ケアハウス)					1 武デイ: うちわゲーム 武デイ: ビッグオセロ	2 武デイ: キックパッカー 武デイ: たんぽぽ壁画 ケアハウス: 手芸クラブ 杜: もりもりクラブ
3 武デイ: 輪投げ 武デイ: たんぽぽ壁画 GHMランド: ひな祭り	4 武デイ: モルック 武デイ: たんぽぽ壁画 特養: ひな祭り ☆パンの移動販売	5 武デイ: カラーチェックボール 武デイ: たんぽぽ壁画 ☆セブンイレブン移動販売	6 武デイ: 風船バレー 武デイ: 桜モビール 杜: 理美容の日 ☆笑味ちゃん号移動販売	7 武デイ: 色々カーリング 武デイ: 桜モビール 杜: カラオケ喫茶 杜: 桜餅づくり	8 武デイ: テーブルホッケー 武デイ: 桜の壁飾り ケアハウス: カラオケクラブ	9 武デイ: フリスビー 武デイ: 桜の壁飾り ケアハウス: 映画クラブ 杜: もりもりクラブ
10 武デイ: 玉入れ 武デイ: 花飾り	11 武デイ: うちわゲーム 武デイ: 花飾り ☆パンの移動販売	12 武デイ: キックパッカー 武デイ: 蝶々ブローチ ☆セブンイレブン移動販売	13 武デイ: 輪投げ 武デイ: 蝶々ブローチ ☆笑味ちゃん号移動販売	14 武デイ: モルック 武デイ: 脳トレプリント ケアハウス: バレンタイン喫茶	15 武デイ: カラーチェックボール 武デイ: 春ビンゴ	16 武デイ: 風船バレー 武デイ: 春のミニ花 ケアハウス: 手芸クラブ 杜: もりもりクラブ
17 武デイ: 色々カーリング 武デイ: 春のミニ花	18 武デイ: テーブルホッケー 武デイ: うさいちご ☆パンの移動販売	19 武デイ: フリスビー 武デイ: チューリップ ケアハウス: 誕生会 ☆セブンイレブン移動販売	20 武デイ: 玉入れ 武デイ: チューリップ ☆笑味ちゃん号移動販売	21 武デイ: うちわゲーム 武デイ: 小物りれ 杜: 理美容の日	22 武デイ: キックパッカー 武デイ: 小物りれ ケアハウス: カラオケクラブ 杜: カラオケ喫茶	23 武デイ: 輪投げ 武デイ: 春ビンゴ ケアハウス: 映画クラブ 杜: もりもりクラブ
24 武デイ: モルック 武デイ: ストラップ	25 武デイ: カラーチェックボール 武デイ: ストラップ 杜: 理美容の日 杜: お花見ドライブ ☆パンの移動販売	26 武デイ: 風船バレー 武デイ: うさいちご 杜: お花見ドライブ ☆セブンイレブン移動販売	27 武デイ: 色々カーリング 武デイ: ビッグオセロ ☆笑味ちゃん号移動販売	28 武デイ: テーブルホッケー 武デイ: カレンダー	29 武デイ: フリスビー 武デイ: カレンダー 杜: お花見ドライブ	30 武デイ: 玉入れ 武デイ: カレンダー ケアハウス: 花見ドライブ 杜: もりもりクラブ
31 武デイ: うちわゲーム 武デイ: 脳トレプリント	☆ GHMランド (グループホーム武岡ランド) ☆ 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) ☆ 武岡台デイサービスセンター パワーリハビリ・リハ・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! ☆ GH5 丁目 不定期で音楽療法を行っています! ☆ 杜 毎週土曜日 ⇒ もりもりクラブ (集団リハ) 					