

ちぎりそう

暑いなあ・寒くてたまらぬ



社会福祉法人

桃源堂福祉会

理事長 後藤 有三

いま地球上各地で、さまざまな気象異変が報じられている。我が国でもここ数年、記録的な猛暑の夏や、酷寒とも言うべき厳しい寒さの冬が続いていて、まことに過ごしにくい。「言うまいと思えど今日の暑さかな」。耐えがたい暑さに、ついつい愚痴を漏らすのが、それでなんとか涼しくなるわけでもない。

昔、中国に洞山禪師という高僧がいた。彼に一人の若い修行僧が禪問答をしかけた。「寒暑到来如何回避せん」。山云く「なんぞ無寒暑のところに向かいて去らざる」。僧云く「如何なるかこれ無寒暑とは」。山

云く「寒時は闇梨しゃり（修行僧のこと）を寒殺し、熱時は闇梨を熱殺す」。つまり、暑さ寒さを避ける最良の法は、寒いときには、そのままその「寒さ」になりきってしまうこと、熱いときには、そのままその「暑さ」になりきってしまうことだ、と答えたという。暑さ寒さという、肌を感じる変化を嫌ってこれを避けようとするから、かえってこの感覚に振り回されてしまい、ついつい、詮無い愚痴になってしまふのだ。寒いときには寒さから逃げずその寒さになりきり、暑いときにはその暑さに徹しきって、寒暑にゆったりと身を任せておけばいいじゃないか、という、暑さ寒さに借りて禅の悟りの境地を教えたものようである。

戦国の世、織田信長によって火をかけられた甲斐武田家の菩提寺、恵林寺の快川和尚は、そのとき猛火せまる山門楼上で「安禅必ずしも山水を用いず心頭滅却すれば火もまた自ずから涼し」と唱えつつ劫火に焼かれたという。いたずらに逃げ惑うことなく、現実をありのままに受け止め事に徹していけば、この燃え盛る火だって、おのずと禅の悟りの境地となり、むしろ涼しいくらいのものだ、という、すさまじい言葉である。

一方、江戸後期の禅僧であり歌人であった良寛和尚は、こんな言葉をのこしている。「災難に逢う時節には災難に逢うがよく候 死ぬる時節には死ぬるがよく候 是はこれ災難をのがるる妙法にて候」これもまた、なんとも、すさまじい悟りの境地である。

凡愚の極みの私は、恥ずかしながら悟りの境地にはほど遠く、暑くてたまらぬときにはエアコンをしっかりと利かせ、仕事の後には冷たいビールで暑気を払い、寒くてたまらぬ夜には、ときに熱燗の般若湯で体の芯から暖を取るといふ、しごく安逸な寒暑避難の法をとっている。





◆◆初詣◆◆ 進雄神社&豊川稲荷

①進雄神社→②豊川稲荷→③伊勢屋→④回転寿司武蔵丸へ行ってきました。平成26年1月7日

「施設を代表してお参りへ…」と出かけられた3名。前列は100歳のお二人(神谷梅香様と鈴木一子様)。

1月7日といえば…、そう！七草粥の日。進雄神社で七草粥を食べ、1年の厄払いと健康をお祈りしてきました。



伊勢屋旅館にて

「元気にやっとなるかん？」とご家族のことを気にかける元女将の神谷様。「毎日伊勢屋の前を通ってお稲荷さんへお参りにきとっただよ」と鈴木様。



もちつき会

千両保育園の園児さんと一緒にもちつき会を行いました。平成25年12月13日



「よいしょ～よいしょ～」

と園児さんの元気な声に負けじと、皆さん大きな声で盛り上げてくださいました。あんこやきなこを添えておいしくいただきました。

吉と出るか凶と出るか!? 今年の運勢 おみくじ便利!!

今年は豊川稲荷のおみくじで運試し!!職員お手製のくじ引きで番号を引き、おみくじを購入してきました。



←竹でくじ札を作りました。

←大吉を引き当てた矢崎順一様



岩瀬 正様(81歳)



↑掃除を手伝ってくださる岩瀬様。

【12月】
藤田タネ様(89歳)
河合スミコ様(92歳)

美崎武夫様(83歳)
加藤トキエ様(80歳)

【1月】
鈴木友枝様(77歳)
山口あさ様(83歳)
渡会百合様(99歳)
登田ヒデト様(68歳)
山本愛子様(92歳)
山口志津子様(94歳)

種池藤枝様(91歳)
加藤正夫様(88歳)
嶋田一枝様(85歳)
大須賀克巳様(66歳)
鈴木壽々子様(87歳)



千両の歌自慢!!のど自慢!!

千両市民館まつりが開催され、4名の方がカラオケに参加されました。地域の皆様と楽しい時間を過ごすことができました。



鳴海聖子&小関信吾 コンサート♪♪



公益社団法人『虹の会』による虹のキャラバンの一環として行われました。



H25. 12~ 詩吟クラブ はじめました!!

毎月第1・3金曜日 14時~の予定です。ぜひご参加下さい。



迫力ある歌声に元気をわけていただきました。



年女です。

- ・安らかに安泰に家族と仲良く暮らしたい。(神谷ますみ様)
- ・皆いつまでも仲良く元気でいられますように。(西脇ツヤ子様)
- ・家族皆仲良く一年健康でいられますように。(伊藤孝男様)
- ・少しでも歩けるようになりますように。(溝口靖様)
- ・健康で五平餅が五本食べられますように。(加納キミ様)
- ・家族健康で仲良く暮らしたい。(石黒千ヨ様)

お誕生日 おめでとうございます



【2月】
神谷ますみ様(87歳)
乙部利恵子様(86歳)↓



「今年の抱負」を絵馬にこめました

新年を迎え新しい利用者様も加わり、幸先の良いスタートをきることができました。今年も利用者様の笑顔がたくさんみられますように、一人一人のペースに合わせ寄り添ったケアをさせていただきたいと思っております。

ちぎりそう デイサービスセンター ゆうゆう



ノロウイルスについて



ノロウイルスとは、急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。この感染症は十一月〜三月の主に冬季に多発しますが、年間を通して患者はみられます。

特徴

①下痢だけではなく、嘔吐が多い。

適切に処理、消毒をしないとウイルスが残ります。乾燥し、ホコリと共に空気中に舞い上がり、感染が広がることがあります。

②消毒液に対する抵抗力が強い。

ノロウイルスはアルコールや高温に対する抵抗力が強いことが特徴です。また、乾燥や酸にも強く、水中でも長時間生きていることができます。一度かかっても何度も感染することがある。

③一度かかっても何度も感染することがある。

潜伏期間

◆感染から発症までの時間……二十四時間〜四十八時間

症状

◆吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱(三十七℃〜三十八℃位)

通常一〜二日ほど続いた後、治癒します。しかし、免疫力の低下した高齢者や乳幼児では長引くことがあり、激しい嘔吐や下痢による脱水症状に気を付ける必要があります。

予防

◆食事前やトイレ後などには石鹸を使い、流水でしっかりと手を洗う。
◆タオル等は共有で使用することを避ける。

◆下痢や嘔吐等の症状がある方は、食品を直接取り扱わない。
◆食品中のウイルスは加熱により感染性をなくすことができるため、食品の中心温度が八十五℃、一分以上しっかりと加熱をする。

◆便や嘔吐物の処理は必ずビニール手袋等を使用し、素手で触らない。
◆消毒には塩素系消毒剤を希釈して使用する。

①すばやく処理をする ②乾燥させない ③消毒をする

この「三原則」を守り、感染拡大を防いでいきましょう！

名前決定!!

「いこいの間」



A棟お風呂場前の空間、「あずまや」の名称が「いこいの間」に決定しました。ほっとできる空間作りに努めていきます。

ありがとうございました

【訪問】 たけのこ合唱団

【訪問】 善銀サンタ



【訪問】 信愛キリスト教会

【寄贈】 豊橋善意銀行



【寄贈】 菓子(クリスマス用) 薬の今泉様

厨房だよ！



～おせち～

お正月の一日と二日の昼食は、弁当箱に「おせち」をつめさせていただきました。一日は紅白生酢、だし巻卵、さつま芋きんとん、黒豆、かまぼこ、昆布巻、刺身三種(貝柱、マグロ、甘海老)をつめ、「雑煮」も提供させていただきました。二日は黒豆、和菓子、昆布巻、紅白生酢、ぶり照り焼き、さつま芋のきんとん、柔らかか枝豆(練り製品)、だし巻卵、きんぴらごぼうをつめさせていただきました。いつもとは違う器、違う食事で新年を感じとっていただければと願いを込めて作りました。



行事予定

【二月】

- ・豆まき
- ・防災訓練



【三月】

- ・ひな祭り
- ・映画鑑賞会
- ・選択食会
- ・介護教室



編集後記

風邪が流行する時期となりました。寒さに負けず、風邪に負けず、元気で笑顔あふれる一年にしたいですね。本年もよろしく願っています。(ひ)

★千両荘のホームページ★

「千両荘桃源堂福祉会」で検索して下さい。

<http://www2.himika.ne.jp/~tougendou/>