

# ふれあい郵便



## 四月号

皆様方にはお変わりなくお元気でお過ごしのことと思います。

このところ日増しに雪解けが進み日当たりの良い庭先では、福寿草が咲き春の到来を迎えたようです。

冬場で家に閉じこもりがちで外出の機会が少なかったと思いますが、外に出る楽しみが増えますね。

私は社会福祉協議会でホームヘルパーとして介護の仕事に携わっております、臼井千代美と申します。

毎日在宅で生活している方の日常生活のお手伝いをさせていただいております。

また「ひよろす」の集いで皆さんと一緒に過ごさせていただいております。今後ともよろしく願います。

皆さんが待っていた「クリニックさるま」が開院しました。頼りになる病院が始まることは、本当に嬉しく思います。

季節の変わり目であり、体調を崩すぬよごし自愛をねこ。



# ふれあい郵便



## 【年越し蕎麦】

細く長く長寿であるようお願い、大晦日に食べます。毎月末に食べていた「晦日蕎麦」の名残。また、金銀細工師が蕎麦粉を練った団子で散らかった金粉を集め、その団子を焼いて金粉を取り出したことから、蕎麦は金を集める縁起物となり、年を越す前に食べきらないと金運に恵まれないと言われています。薬味のネギは、疲れをねぎらう意の「労ぐ（ねぐ）」、祈るという意の「祈ぐ（ねぐ）」、お祓いしたり清めたりする神職の「祓宜（ねぎ）」という言葉にかけ、一年間の頑張りをねぎらい、新年の幸せを祈願する意味があります。

## 【除夜の鐘】

大晦日は、年神様を寝ずに待つ日とされています。その前にお祓いをするために、寺院では深夜零時をまたいで

一〇八回鐘を打ち、一〇八つあるという人間の煩惱を祓います（十二か月と二十四節気と七十二候を合わせた数で一〇八という説もあります）。神社では罪や穢れを清める「大祓（おおはらえ）」を行います。

## 【初日の出】

年神様は日の出とともにやってくるという説もあり、見晴らしのいい場所へ出掛けて、その年最初の日の出を拝むようになりました。とくに山頂で迎える日の出を「御来光」といいます。

それでは、皆さん、今年も一年、健康で過ごしましょう。

（事務局長 宮崎 祥）

