

# 「ゆうゆう北久里浜だより」



節分

迎えたい神様(お正月なら年神様)を迎えるときには、悪さをする精霊(鬼)も一緒に来てしまうという考え方があります。主神だけでなく、くっついてきた有象無象の精霊(鬼)にも、お供えをしなければいけません。豆まきには、「あっち行け！」ではなく、「豆をお供えするので帰ってください」という意味が込められています。これが鬼を払う「つぶて」のように考えられるようになるのは1400年代前半からです。日本には、生物・無機物を問わず全てのものに霊が宿っているという「アニミズム」の考え方があるため、例えば、建物などを建てる際の地鎮祭でも大地の精霊を鎮めるためにお米と塩をまきますし、登山では、山の神に持参したおにぎりの米粒をまく人もいます。こうしたことから、食べ物の豆をまくというのは、祭るべき神にくっついて訪れてくる、人に悪さをする精霊たちへの供え物と考えることができます。

# お正月



今年のお正月も外に初詣には行けませんでした。お祝い膳やホーム内に設置した神社でお参りなどでお正月気分を味わって頂きました。

# 七草粥



日本では良時代から、雪の間から出た新芽を摘み植物の生命力をいただく「若菜摘み」という風習があり、一方、古代中国では、元日は鶏、2日は狗、3日は猪、4日は羊、5日は牛、6日は馬、7日は人、8日は穀の日と定め、それぞれの吉凶を占っていました。人が該当する7日は、「七種菜羹(ななしゅさいのかん)」という汁物をいただき、無病息災や立身出世を願ったと言われています。中国から人日の風習が伝わり、日本の若菜摘みの風習と合わさって「七草粥」が生まれました。

## 名所紹介

### 横須賀市立市民活動サポートセンター



のろたんフェアを開催。福祉や環境、国際交流など、さまざまな分野で活躍している市民公益活動団体の日ごろの活動を多くの皆さんに知っていただくための市民活動フェアです。開催は年に一回、毎年2月の二日間、おこなわれます。当日は、パネル展示による活動紹介や、スタンプを集めると記念品がもらえるスタンプラリー、フリーマーケット、屋台、活動を体験できるコーナーもあり、新たに市民活動を始めるきっかけづくりの場にもなっています。

## お知らせ

### ◆ 2月アクティビティ予定

- ・獅子舞
- ・ゆうゆう喫茶
- ・整容レク

### 甘酒

1つ目は、もともと米を作っている農家が前年の米の収穫を感謝し、年が明けた一年の豊作を願って、収穫した米で作られた甘酒を新年に奉納するのが習わしだったこと。2つ目はカラダに良いから。甘酒には、ビタミンB1・B2・B6・葉酸・植物繊維・オリゴ糖やアミノ酸、そして大量のブドウ糖が含まれています。点滴で栄養をいれる栄養剤とほとんど同じ栄養素が含まれています。さらに体を温めるだけでなく、保温持続効果があるとされているため冷え対策にぴったりなのです。



# ナーシングホーム 北久里浜

〒239-0807

横須賀市根岸町3-2-14

電話 046-838-5778