

びわやまだより

12月号

11月の行事

普段居室で過ごされることの多い方にもお声がけし、ハーモニカの演奏に合わせてながら、秋の歌を歌いました。フロアの窓から見える山々を見ながら、秋を感じるひとときでした。



誕生会

11月は4名の入居者様が誕生日を迎えられました。肌寒い時期になり、体調管理により一層気を付けながら元気に1年過ごしていきたいと思っております。



お知らせ

入居者様・ご家族、そしてスタッフも「コロナ」との戦いで終わろうとしている令和2年。まだまだ油断はできない状況の中ではありますが、びわやまでは3密を避けソーシャルディスタンスを守りながら入居者様の笑顔を引き出すために各ユニット様々なレクリエーションや飾りつけをスタッフがしてくれています。

これから寒さが増してきます。インフルエンザ・コロナ様々な感染症から入居者様を守り、日々の生活が楽しく潤いのある生活になるよう創意工夫をこらしイベントが実施できるよう努力してまいります。

総括主任 古垣

12月の行事予定

12月28日(月)は、門松づくりを予定しています。

編集後記

12月21日は“冬至”です。

24節気の一つで、1年で夜が最も長く、昼が最も短い日です。古来より冬至の日にはカボチャを食べて栄養を付け、身体を温める柚子湯に入る風習があります。

～なぜカボチャを食べるの？～

昔は現代と違って野菜を一年中食べることは難いでした。長期保存ができ、ビタミンなど多くの栄養を含むカボチャを野菜不足する冬に食べることで、厳しい冬を元気に乗り切ろうと、食べられるようになったようです。



～なぜ柚子湯に入るの？～

冬至は、お湯に入り病気を治す湯治(とうじ)の語呂合わせからきています。また、柚子=融通(ゆうずう)がききますようにという願いも込められています。



『柚子湯に入ると、1年間風邪をひかない』と昔から言われています。柚子には血行を促して冷え性をやわらげたり、身体を温めて風邪を予防する働きがあります。

カボチャと柚子湯で身体も心もぽかぽかの冬至を過ごしてみるのもいいですね☆