

寿楽つうしん

平成28年5月号

平成28年 5月発行
発行 老人福祉センター菊名寿楽荘
指定管理者
(公財)横浜市老人クラブ連合会
(かがやきクラブ 横浜)
発行責任者 富田 公道
横浜市港北区菊名3-10-20
TEL 045(433)1255

今年より春知りそむる桜花

散ると言ふことはざらなむ 詠み人知ら

母の日の選定について

外国での話

現在のような母の日になったのは、20世紀初頭のアメリカで母親思いの女性が起こした行動がきっかけでした。

ウェストバージニア州で教師をしていたアンナ、ジャーヴィス(Anna M Jarvis)という女性が、苦勞して自分を育ててくれた母親の命日に追悼の意を表し、フィラデルフィアの教会で「亡き母を偲ぶ」という花言葉の白いカーネーションを靈前にたくさん手向けました。

このことが参列者に大きな感動を与え、母をおぼえる日の大切さを認識し、母の3回忌にあたる5月8日に、「母の日」を作って国中で祝うことを友人達に提案しました。

翌年の5月10日、彼女が勤めていた学校に470人の生徒と母親達が集まり、世界で最初の「母の日」を祝いました。それが人々の感動を呼び全米へと広がっていきました。これを期に、アンナは支援者と共に母に感謝の気持ちを捧げる休日を作るよう、議会に呼びかけました。やがてその声は大統領にまで届き、1914年のアメリカ議会では、5月の第2日曜を「母の日」と定め、国旗を掲げてお母さんに感謝の意を示すこととなったのです。こうして、「母の日」は世界中へと広がっていきました。

日本での話

明治末期頃から日本でも行われ始め、1915年(大正4年)に、当時青山学院の教授だったアレクサンダー女史によりキリスト教関係者に向けて紹介され、キリスト教行事の一貫として「母の日」が祝われました。

その後、キリスト教関係団体が中心になってこれを広めました。1937年(昭和12年)に森永製菓が自社製品PRを兼ねて、告知をし広めたことで全国的に認知されるようになりました。また、昭和初期から戦後までは皇后(香淳皇后)の誕生日である3月6日(地久節)に行われていましたが、1949年ごろからアメリカの例にな

今月の和歌の解説

【通釈】

「今年から咲くことを覚えた桜の花は、散るといふ習慣には慣れないでほしい、という歌。」

新入生を迎えた校長の挨拶か、赤ん坊の誕生祝いのような歌だが、「桜が咲き始めた」ことを「今年はじめて咲く桜」を詠うことでより新鮮に見せている。後半は「散るな」ということをストレートに言わず、「新しくこの世に生まれ出したものよ、世の常には馴染まないでほしい」という筋の中に置いている。こうした言い回しは、ハレの場で歌を詠む歌人たちには得意なものだったであろう。

【作者紹介など】

勅撰和歌集(ちよくせんわかしゅう)は、天皇や上皇やの命により編集された歌集のこと。古今和歌集(延喜5年(905年)成立)に始まり、新続古今和歌集(永享11年(1439年)成立)までの534年間で21の勅撰和歌集があり、総称して「二十一代集」という。このほかに南朝で編纂された新葉和歌集を準勅撰集とする。






《健康一口メモ:糖尿病》

糖尿病は生活習慣病の代表的な疾患のひとつで、大人のかかる病気と思われがちですが、小児でも糖尿病にかかることがあります。糖尿病は、いくつかの型に分かれますが、基本的には、すい臓から分泌されるインスリンというホルモンが不足して、血糖が高くなり、さまざまな合併症が起ってしまう病気です。大人を中心として、近年激増しており、糖尿病とその予備軍をあわせると、全国で1620万人に達するとされています。

糖尿病治療の基本中の基本は食事療法です。食事療法をしっかりと行うと、薬を使わずに糖尿病をコントロールできる人もいます。大切なことは、「食事の量を守ること」「栄養のバランスを守ること」「1日3回規則正しく均等にとること」です。

後は、運動です。一日の運動量の目安は、延べ一万歩を歩くこと(普通の速さで1時間20分程)。はかりも準備して、こまめに体重を量り、自分の適正なウェイトコントロールに努めるようにしましょう。

5月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
卓球解放	はじめての 太極拳 <small>子供の日お楽しみ会</small>	パッチワーク	ロコモ予防体操 テッサン・アクリル 水彩画	横浜・みちの歴史 菖蒲湯	初心者英会話	実用書道
8	9	10	11	12	13	14
卓球解放 映画会	茶道入門 (立礼)	短期講座	初心者ウクレレ 健康相談	手話ダンス 歌声教室	健康詩吟 初心者 健康麻雀	歴史・横浜の 開港と近代化
15	16	17	18	19	20	21
卓球解放	はじめての 太極拳	パッチワーク 短期講座	ロコモ予防体操 テッサン・アクリル 水彩画	横浜・みちの歴史	初心者英会話	実用書道
22	23	24	25	26	27	28
卓球解放	茶道入門 (立礼)	休館日	初心者ウクレレ 健康相談	手話ダンス 歌声教室	健康詩吟 初心者 健康麻雀	歴史・横浜の 開港と近代化
29	30	31	水	木	金	土
卓球解放		短期講座				

5月の行事 子供の日お楽しみ会

日時 28年5月2日(月) 9:40~11:00まで
場所 菊名寿楽荘 3階大広間・参加自由
催し物 9:40~リズム体操
 9:50~菊名保育園園児歌
 10:00~マジックショー
 10:30~松見町4丁目コーラス



こどもの日(こどものひ)とは、日本における国民の祝日の一つで、日付は5月5日です。端午の節句とも言われます。祝日法2条によれば、「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」ことが趣旨となっており、1948年に制定されました。ゴールデンウィークを構成する日の一つとなっています。

* 5月5日(木)のお風呂は菖蒲湯です。(10:30~14:30)

初心者のための卓球教室

はじめての方、大歓迎! ラケットの持ち方からゲームを楽しむまで

日時 1班 5月10日(火)より全5回
 2班 6月21日(火)より全5回
 全て火曜日・午前10時~12時00分

場所 菊名寿楽荘プレイルーム
参加費 1,000円(資料・保険代)
定員 1班、2班で各6名(先着申込順)
申込期間 5月1日(日)~

定員になり次第締切ります。
 詳細・申込方法 直接菊名寿楽荘受付まで

問合せ先 港北区菊名3-10-20
Tel 433-1255

【編集後記】

今月号より「寿楽つうしん」編集者が変更になり、担当することになりました。人生の中で、何回かありましたが、頭の中がいっぱいになり、とても期日までに間に合わない。どうしよう? 常日頃の素養が問題で、突き詰めて考えることをしてこなかったことを、今頃気付くこととなりました。これを反省材料に、これからは、季節ごとに先人たちが、思い描いた貴重な記録を掘り起こして、皆さんに紹介していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたします。(S.)

