

# 2月3日は節分！全員で鬼退治です



2月に入りまだまだ寒さの残る中、今年もこもれびに鬼出沒！！毎年いろいろなタイプの鬼が出るのですが、今年はカップル鬼！？（失礼・・・互いに配偶者あります♡）登場すると・・・怖がるどころか笑いの渦（笑）「まあ～なんと可愛い鬼じゃねえ。あんたあ～強いんかね？」と言われました。「鬼を退治して、今年も元気に過ごさんとですからね」とお話しするとちょっとだけやる気に。本物の豆はここ数年使用せず（皆様義歯のため、あまりお豆さんを好まれないので...いえいえ...甘くないから好かんのです（笑）手作りのカラフル巨大お豆を使って鬼退治です。おやおや！？豆を投げるどころか抱え込み開始！！の方もおられました。W赤鬼めがけて豆もどきをエイエイと投げつける投げつける「はぁ負けんさい。あんたらぁが降参せにゃあ、なんぼ一でも玉（いえいえ・・・それは一応「豆」なので...）を投げつけるよーなるーね」と言われます。ホール中に楽しそうな笑い声が響いておりましたよ（普通は悲鳴とかなのですけどね...）無事に鬼退治を終えてからの鬼さんと共に2024・節分記念撮影♡満面の笑みで写るのですから、親しみある鬼さんだったのでしょね（笑）「節分」とは字の如く「季節を分ける」事を意味しており、立春・立夏・立秋・立冬の前日。「春が来るヨ」という事ですね。病気や災害などの悪いものは全て鬼の仕業だと考えられていた事から、鬼を退治する効果のある「豆」を投げる風習が広まったのだそうです。様々な説がありますが、どれも納得できますね。お昼には食べて厄落としするため、鯛と白和えをいただきました。歳の数のお豆は今年も辞退させていただきました。

## こもれび新聞・桜

第197号  
R6年3月号

### ディスプレイ作り

2月を迎える準備です。いつも皆様の手をお借りして季節感あふれる飾り付けをしています。2月と言えば・・・やはり節分ですね。折り紙で作った鬼に魂を入れます。お顔を書いていただきました。「ちょっと目が小さいねえ、可愛い鬼じゃつまらんろ？強そうでなげにゃあ〜」と言って大笑いです。壁に貼り付ける作業をお手伝い。押しピンを刺すのに、指先の力が必要です。「やれるるか」と言いつつ、しっかりと刺して下さいました。大きな鬼には福笑いのように目や鼻を貼っていただきました。とってもチャーム的な鬼の出来上がりです！



### 全集中！かるた取り

いろいろな種類のかるたがありますが、皆様の得意なかるたはやっぱり「犬樺かるた」ですね～要するに「ことわざかるた」です。普通にかるた取りもするのですが、時に頭の体操にも使います。ことわざってすごいですよ。皆様とても親しみがあり覚えておられます。かるた取りとなると、皆様目元が何だかキリッとし、少し腰を浮かせて対戦モードスイッチがONされます。とはいえ、時には場を和ませる譲り合いもあったりするのです（笑）勝利に対する思いは強く、表情も真剣です。100歳以上が4名おられますが、内2名が参加されています。



### まあ～ぬくい♡

ホールにある大窓から恵みの陽が差し込みます。椅子を窓近くに並べ、足の辺りだけ日向ぼっこです。「部屋の中で日向ぼっこができるけえーなんとええなあ～ぬくいわあ」と大喜びされます。体全体がポカポカし始めると、何やら元気が出て来ました。「歌でも歌ってみましょうか？」の声に「え～ですなあ～。歌いましょう！」の返事。歌詞本を広げて、大きな口を開けて歌われました。久々のこもれび合唱団でしたネ♪



### 4月の行事予定

- ・火災避難訓練 避難訓練
- ・お花見(弁当)

### 編集者のツブヤキ

ほらほら・・・ドタバタしている内に2月が逃げて行ってしまいましたよ（苦笑）日々慌ただしすぎて、今日はいったい何をしたら・・・と考える毎日です。2月も嫌な感じでしたね。12月に続いての異常気象！気温が20℃ってありえませんかねえ。「は？何ね？今日はそねえーにぬくいんかね？」そいちゃー外へ出てみるかあ・・・となり、外へ出て日向ぼっこしました。「陽が当たりゃーぬくいけど、風は冷たあのおー」と言いながらも2月に屋外に出ておしゃべりできるなんて♪次の日は一桁の気温に逆戻りですから、体が悲鳴を上げますよねえ・・・。高齢者に優しくない天候です。室内は温室ですが、皆様は大気の変化にとても敏感なので、とてもダルそうにされる方が多い2月でした。3月に入ると一年を通じて最も恐怖の時季、「芽吹き季節」を迎えます。皆様のソワソワに備えて体力温存いたします。

こもれびタイム  
三月でも春の様な陽射しがたまにあります。庭に出ますと「気持ちいいね〜」と言われますが、まだガラ又越しの日向ぼっこが良い様です。もうすぐ春が来ますねと言いますと春の歌を歌われ、童謡を歌いながら、替え歌になったり、次は軍歌になったり次々と歌が出て来ます。室内で日光浴されますと、「ああえーなあ、ぬくい」とニコニコされました。



桜ホーム

# 鬼は外、福は内・2月3日は節分です

## こもれば新聞・銀杏

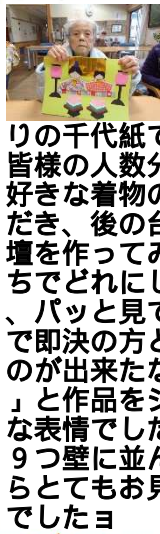
第146号  
R6年3月号



2月3日は節分です。年間4回ある節分ですが、「節分」と聞いて頭に浮かぶのはやはりこの2月3日ですよね。四季を告げる節分ですが、立春の前日になります。様々な意味が込められた豆まきですが、「鬼」は悪いものの代表のような存在なので、その鬼を退治する事で悪いものを追い払うのです。なぜ豆？かと言うと鬼は豆に弱いとか・・・。とにもかくにも「節分は季節を分ける日で、みんなが健康で幸せに過ごせるよう願って悪いものを追い出す日」なのです。さて、今年もこもればに鬼は来ました。赤鬼さんがWで登場!!何やらとても可愛い鬼さんですネ。鬼退治といえば本来豆を投げて行うのですが、銀杏ホームは現代風に「ピコピコハンマー」でやっつける事に・・・「まあ～・・・これで叩くの?可愛い鬼さんを叩くなんてできませんよ」と言われ頭を優しくピコッ🔨と叩かれる方続出!!これじゃ鬼は退治できんです(笑)あんまり可愛い鬼だから、やっつけるどころか笑いが止まらない方も(^^♪大きな声で「鬼は出て行け～」と一喝された方のおかげで無事鬼を退治できました。少し運動不足でもあるため、ちょっとボーリング大会をしてみました。「おー」とペットボトルが倒れる度に声が出ていました(笑)ねらいを定めて投げてもなかなか思い通りにいかないものなのです。わいわいと騒いだら、何だかお腹の虫がグルグル・・・体を動かすと美味しく食事が摂れて一石二鳥なのです。昼食は節分メニューで鯛や白和えをいただきました。恵方巻ですが、今年は食べやすさを優先し、ちらし寿司にしてみました。(皆様にあまり馴染がないという事もあります(苦笑))3時のおやつにはお砂糖がコーティングされたお豆いただきました。



### 3月の準備です



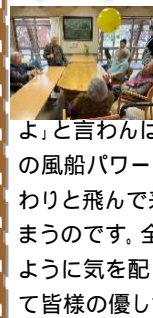
もうすぐ3月のある日、ディスプレイの変更準備を行いました。職員が色とりどりの千代紙でお内裏様とお雛様を皆様の人数分作ってくれたので、好きな着物の色合いを選んでいたが、後の台紙を好きな色でお雛壇を作ってみました。真剣な面持ちでどれにしようかと悩まれる方、パッと見てインスピレーションで即決の方と様々でした。「ええのが出来たなあ～。可愛い可愛い」と作品をジッと眺めて満足気な表情でした。9つ壁に並んだらとてもお見事でしたヨ

### 切り干し大根作り



職員がこの冬ラストの自家栽培の大根(お母上作よ)を持って来てくれたので皆して切干大根を作る事にしました。ピーラーで皮を剥く所から始めましたが大きな大根に悪戦苦闘!!  
 職員が「そもそも片手で握っている力が・・・大根を抱える様にして、次は大根をつく!!これもなかなか作業・・・「よーやらんで。あんたやってみんさい。ワシが見とったげるけえ」と言われて見学。「あんた一なかなか上手じゃなあ」と褒め上手なのでした(笑)2・3日干すとすぐに出来ました。食べるの楽しみですネ

### いい運動です



久しぶりに2つも風船を膨らませてみました。黄色と緑の2色です。「私はやりませんよ」と言わんばかりに顔を背けていても、この風船パワーは不思議な物で・・・目の前にふわりと飛んで来ると自然と手を伸ばしてしまふのです。全員が万遍なく風船に触れるように気を配ってくださる方もおられ、改めて皆様の優しさを感じました。最終的には椅子になんて座ってられず、立ち上がってハッスルされる方も(笑)楽しい一時でした。

### 4月の行事予定

- ・火災避難訓練 避難訓練
- ・お花見(弁当)

### 編集者のツブヤキ

ほらほら・・・ドタバタしている内に2月が逃げて行ってしまいましたよ(苦笑)日々慌ただしすぎて、今日はいったい何をしたら・・・と考えてしまう毎日です。2月も嫌な感じでしたね。12月に続いての異常気象!気温が20℃ってありえませんか。「は?何ね?今日はそねえーにぬくいんかね?」そいちゃー外へ出てみるかあ・・・となり、外へ出て日向ぼっこしました。「陽が当たりゃーぬくいけど、風は冷たあのお～」と言いながらも2月に屋外に出ておしゃべりできるなんて🌸次の日は一桁の気温に逆戻りですから、体が悲鳴を上げますよねえ・・・。高齢者に優しくない天候です。室内は温室ですが、皆様は大気の変化にとっても敏感なので、とてもダルそうにされる方が多い2月でした。3月に入ると一年を通じて最も恐怖の時季、「芽吹きの季節」を迎えます。皆様のソワソワに備えて体温温存いたします。

「体操をしましょう」とお誘いすると、皆さんとても喜ばれます。「体を動かさんとダメになる」と言われるのですが、私も最近実感しました。ちょっとした高さから下りるのに一苦労。昔は軽やかに舞い降りていたのに、脚に力が入らず、ずり落ちるようになりました。脚力は鍛えていないと衰えてしまう実感。皆さんと一緒に毎日しっかりと体操をして、筋力低下の予防に努めたいと思います。



銀杏ホーム

### こもればタイム