



第 130号 2015年1月14日(水)

発行

NPOライフケア浜松 ☎ 053-426-0691

浜松市南区恩地町 263

(株)LCウェルネス

デイホーム・ここ倶楽部 ☎ 053-427-3244

浜松市南区恩地町 263

# よっこせ

## 楽しく驚く

新年明けましておめでとございます。今年も「ここ倶楽部」なラビに「よっこせ」をよろしく願いします。

若いころは「何がめでてえつつうのかよ」とツツパったりしたこともあります。思えば恥ずかしいほど幼稚でした。普通に生きていられることが、ありがたい・嬉しいと思えるようになったのはいくつぐらいからでしょうか。思い出せば顔から火が出るような、生意気で恥ずかしい若気の至り、を重ねて歳をとっていくのですね。

また、高齢になっても気持ちは若くありたいというのも真実です。色々なことに好奇心を持ち、驚いたり、喜んだり、心をときめかせたりしながら生活できたら、と思います。気持ちは若くて、思慮分別もある、それが成熟

した人ということでしょう。なかなか思うようにはいきませんが。

冬の夜空は月や星がきれいで、思わずため息が出そうになります。月を形容する日本語はいいですね。「十六夜」「立待月」「寝待月」などなど。

明け方の東の空は美しいグラデーション。  


お日様が薄いピンク色の雲間から、頭を少しずつつ見せると何となく手を合わせて、祈りとか感謝の気持ちが出てきます。

先日の早朝の東の雲は、毒々しいほど真っ赤な筋で縁どられており驚きました。まるで安上りのテ

## ここ倶楽部 朝市

1月14日(水) 9:30~

- ・採れたて新鮮野菜
- ・花・野菜の苗
- ・ぬか漬け
- ・各種の美味しいお総菜もあり

お問い合わせ、ぜひおいで下さい

レビドラマの中の暴力シ  
ーンの血の色のようだし  
た。あまりロマンチック  
な気分ではありませんで  
した。これも新鮮な驚き  
ではあります。

『この世には、驚くこと  
なんてもうないかと思っ  
ても、一膳のおまんまに  
も、まだまだおどろかさ  
れることがあるのさ。生  
きているうちは、せいぜ  
い楽しく驚きながら暮ら  
していきたいもんだね。  
そうは思わないかい?』

これはある小説の一節  
ですが、  
言いえて  
妙、と感  
心しまし  
た。一椀のおかずの美味  
しさに、オツと驚くこと  
もあります。



「楽しく驚く」これはと  
ても魅力的かつ大切なキ  
ーワードになると思いま  
す。楽しく驚く心のしな  
やかさが必要です。その  
ためには心身が健康でな  
いといけません。

改めて、念頭にあたり、  
読者の皆様のご健勝をお  
祈りします。

## ひつじ年にちなんで



ひつじ

年に未という字をあてる  
ことがあり、不思議に思  
っていました。特に植物  
の成長段階を十二に分け  
て、子年から始まって八  
番目のヒツジは未成熟、  
ということから、この字  
があてられるそうです。  
なぜここに突然植物が登  
場するのは不明です。  
ご存知の方いらしたら教  
えて下さい。

羊のほうは、メーと鳴  
くあれです。辞書にはヒ  
は「ひげ」ツは「の」ジ  
は「うし」の意、つまり  
「ひげのうし」という説  
明があります。羊はウシ  
科の哺乳類。

羊にまつわることわざ、  
慣用句には面白いのがあ  
ります。詐欺まがいの商  
法が横行している世相に  
ピッタリのが「羊頭狗肉」  
(ひつじがしらいぬにく)です。  
羊の頭を看板に出して、  
実際には狗(いぬ)の肉  
を売ることから。似たよ

うなことはいっぱいあり  
そうですね。羊の肉はそ  
れだけ美味い、という定  
評があるのですね。

「羊の皮をかぶった狼」  
というのがあります。だ  
ます、という点では前者  
と同じですが、こちらは  
少し暴力的な匂いがしま  
す。羊のように優しそ  
うな外見の送り狼、はいけ  
ません。この場合のヒツ  
ジは女性、狼は男性、と



いう断り  
書きはま  
だ要りま  
せんね。  
ただし、

たいがいの人は優しさと  
獐猛さを併せ持っていま  
すね。

草食動物のヒツジは腸  
が大変長く、曲がりくね  
っているのが、羊腸とい  
えば、九十九折のこと。  
「箱根の山は天下の險」  
という歌の中に「羊腸の  
小径は苔滑らか」とあり  
ます。

秋の空にモコモコとで  
きるのが羊雲。でも俳句  
の世界ではこれを季語と  
認めていないそうです。

**賀正**  
2015年もここ倶楽部の日常をお  
伝えます。どうぞお楽しみに

◆12月10日 ゆず湯

本日のお風呂はゆず湯でした。  
「香りがいいね〜」「あったま  
るね〜」なんて声が聞かれました。



◆12月12日 餅つき大会



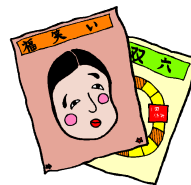
大きな木の臼、杵を見ただ  
けで皆さんはなつかしがっ  
て大喜び。ご近所から力自  
慢の男性軍がかけつけて、  
全部で4臼もついてくださ  
いました。ご利用者の皆さんはあんこ餅  
を丸めたり、つきたてをちぎって大根に  
からめたり、きなこ、黒蜜をかけたり、  
おのりをかけたり、とても手早く、きれ  
いにやってくさいました。お昼に皆さん  
でいただきました。

◆12月15日 体操はいいね

今朝はとっても冷たくて、「足が冷た  
い」という方がたくさんいらっしゃいま  
した。そこで、足と手の指で同時にグー  
チョキパーをやったり、第2の心臓と言  
われるふくらはぎのマッサージをしたり  
足ふみをたくさんやったりしました。  
「ぼかぼかしてきたよ」「やっぱり動く  
のが一番だね」

◆12月16日 明日天気になあ〜れ♪

午後から雨が降ってきたので、遊びりは  
スリッパ飛ばし！昔は下駄や草履で靴飛  
ばしをやったという話を聞かせてもらい  
ました。今の子供たちは靴飛ばしをや  
るのかしら？



◆12月19日 すごろく

すごろくを作り、早速や  
ってみました。途中歌っ  
たり踊ったりしなければいけない場所も  
あり、皆さん笑いっぱなし。あと12日  
でお正月ですね。お正月には大いにやり  
ましょう。

◆12月23日 ジェスチャーゲーム

今日はジェスチャーゲーム△( ' ◡ ' )△  
の遊びりをチーム対抗でやりました。言  
葉を出さずに身振り手振りで伝えます。  
「フライパン返し」というお題を出し  
たら、卵焼きを焼き始める人や大根を  
炒めだす人や。皆さんついつい声が出  
ちゃうんですね♪

◆12月25日 クリスマス会\*°°°

\*:.....:\*' (\* ▽ \*)'

お昼はクリームシチュ  
ーに鶏のパン粉揚げ。  
午後からのハーモニカ  
の皆さんの素敵な演奏  
のあとは、Mさんにサ  
ンタさんをやっていただき、クリスマス  
プレゼントくじ引き！？チョコレートケ  
ーキも食べました。少しでも幸せなクリ  
スマスの時間を過ごしてもらえたら嬉し  
いです。



◆12月29日 忘年会

今年もいよいよ最後の日。忘  
年会をやりました。まず、1  
年の様子をスライドショーで見ました。  
いろいろありましたね。思い出してウル  
ウルされる方も。その後は、マイク片手  
にそれぞれがお話をして下さり、歌っ  
たり踊ったりとにぎやかにすごされま  
した。おやつの甘酒で乾杯をして、来年も  
元気にここ倶楽部へ来ることを誓いあ  
いました。どうぞ皆様良いお年をお迎え  
ください。

