



よこせ

発行

NPOライフケア浜松 ☎ 053-426-0691

浜松市南区恩地町 263

(株)L C 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

ここ倶楽部 朝市

2月10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

お誘い合わせて、ぜひおいで下さい

雪が来ました

雪は豊年の瑞(しるし)とか言っつて、雪よ降れ、と先月書いてしまいました。そのあと先月後半に大雪になり、一部の地域を除いて日本列島はスツポリ雪に覆われました。その一部に浜松が含まれていたのは幸いというべきでしょうか。大雪で被害を受けた人には心からお見舞い申し上げます。稲作には大量の水が必要で、冬の雪は雪解け水となって、田んぼに給水してくれるので、干害から守ってくれる、という理由があるそうです。

春に蜂が巣を、低いところに作るのは、大型の台風がくる前兆だ、とい

う言い伝えがあります。

強風に巣が飛ばされないように、ということでしょう。半年も先のことを予知できるというのは、これにはどんな根拠があるのか、あるいは無いのか、面白いですね。ただこれを迷信だと、簡単に片づけられないように思います。



表裏比興の者

戦国の時代の武将たちは、正直ばかりではやっていられなかったのです。裏切り、謀反、詐欺、騙しなどが渦巻いていたと言えます。特に弱小の豪族たちは、誰について自分を守るか、必死だったでしょう。

その中で、真田幸村の父、昌幸は表裏比興の者と呼ばれています。これはコロコロ態度を変えることで、わが身の安全、

一族の存続をはかり、誰についたらよいか、主を目まぐるしく変えながら、生き延びていく様子をのべたものです。

じっさいに、真田昌幸はのちに、長男を徳川方に、次男（幸村）を豊臣方に味方させて、どちらが勝っても一族が存続できるようにしました。

比興はもとは興（おもむき）がある、おもしろいといった意味でしたが、おかしい・ばかげている・愚劣だ、と変化し、こんにちでは、勇気がない、正々堂々としていない、卑劣だとなり、卑怯の字で書かれるようになったそうです。



テレビの大河ドラマ「真田丸」もこんなことを思いつつ見るのも一興かと。見てない人には関係ありませんが。

（この情報はほとんどネットによっています。便

利ですね。）

柔弱けつこう

先月は孔子大先生にご登場願ったので、今回は老子様に頼ろうと思えます。一般的には柔弱という言葉はマイナスのイメージが強いが、老子はこれを尊びます。

老子はもともと柔弱なものとして、水をあげます。「水ほど柔軟で弱々しいものはない。しかし、堅くて強いものを攻めるには、水にまさるものはない。柔らかいものが堅いものに勝ち、弱いものが強いものに勝つ」と。

確かに水は弱いようで強い。「水滴石を穿（うが）つ」ということわざもあります。水滴が石に穴を開けるには気が遠くなるほどの時が必要ではありませんが、でも本当に穴を開けてしまうのですね。また、柔弱の柔にはしなやか、という意味もあります。草や木も若くて生き生きしているものはしなやかで柔らかい。死ねば堅くなる。「人の生く

るや柔弱、其の死するや堅強」と、老子の言葉。

老化とは心も頭も硬直していくこと。若ければ柔らかく、しなやかです。弱々しく見えて、シンは強い、そういう生き方が若さを保つのでしょうか。国のことになるとどうでしょう。軍備を増強して強国となる。さらに強い国と結びついて、周りを睥睨する。中国・北朝鮮・アメリカなどはそういう道を進んでいるように思います。それに日本もついていく、これが賢い方向でしょうか。

冬の俳句

先日、新聞で素晴らしい俳句を見つけました。

大粒の寒星（かんせい）
闇をととのへる

大谷昌子

紹介している俳人の坪内稔典氏の説明。「寒中の星や寒月は光がさえる。それが闇をととのへる、という見方がすてき。闇がととても魅力的」と。いいですね。



◆1月6日 黒豆ゼリー

おせちの残りの黒豆煮汁でゼリーを作りました。お上品に切って小皿に盛って、残った黒豆を2、3粒ずつのせてとってもすてきなおやつができました。お正月の残り香が感じられました。「甘味処でいただくお菓子みたいだね」と大好評。

◆1月8日 切干大根

ここ倶楽部の畑で大根が採れ、皆さんで切干大根にしました。誰かの足よりずっと太い大根10本です。「あったかいでうまく乾くかね」って心配してくださる方、「寒くなってきたでいいら」とおっしゃる方。あれこれ言いながらあっという間に出来上がり、かごに入れ風当りの良さそうな所へぶらさげました。いい風が吹いてうまく仕上がるとういすね。

◆1月15日 おそろいでおめでとう



今日はMさん(男性) Tさん(女性)仲良しお二人のお誕生会をやりました。Tさんは88歳お元気、お元気！オープニングはなんと結婚行進曲

♪お二人とも照れながらも嬉しそう。

「あの二人本当に結婚式？」最近ご利用になったばかりのSさんも勘違いするくらい。お昼はMさんもTさんも大好きなまぐろのつけ丼、おやつは手作りケーキ。皆さんのお祝いの言葉や歌が賑やかなお誕生会になりました。

◆1月19日 今日は裕次郎特集

今日はボランティアで毎月来てくださっているピーナツさんの演奏会。「銀座の恋の物語」や「二人の世界」など、皆さん若いとき聞いた裕ちゃんの歌を演奏したり歌ったりしてくださいました。アンコールではピーナツさんが「ザ・ピーナツ」の「情熱の花」を歌ってくださり、みなさんなつかしように口ずさんでいらっしやいました。

★ありがとう!★

◆1月23日 ぐらぐらゲーム

積み木を一つずつ下から抜いて、上に積んでいくというゲームをやった。みんな真剣(0_0)。積んであるのが、ぐらぐらする度に、のどちんこが見えそうなくらい「ああああっ!」「うわあっ!」。あ〜こりゃダメだって、テーブルに手をついただけで、「おい!傾くからダメだ

ってえ」と叱られる始末。よく見れば、みんな片手で支えて立って、体をねじって、手が震えないように、そお〜つと抜いて…。これって、すごい機能訓練!倒れた時に、わあああああってなって、「血圧上がっちゃうね、はあ、やりたかない」って、言っていましたけどね^^;

◆1月25日すばらしい!筋力ついたね

ご利用者のYさん、法多山へお参りに。本殿までの坂道をゆっくりですが、がんばって登られたそうです。一緒に行かれた息子さんの方が疲れてしまって「フーフー」言っていたんですって。Yさん、いつもがんばって体操やったりレクレーションやって、筋力ついたんですね。



◆1月28日 特技

「私は何にも特技がない」と言いながら「昔は田んぼで牛を動かしていた」という。すごい!牛に言葉が通じるんだね。「牛は頭がいいんだよ。せいせいと言ったら右へ、さしさとよったら左へ手綱を引いて、右へ左へ動かしてたよ」という。それってすごい特技だと思うけど!