

令和8年  
2月号



# 太陽の都 だより

発行所●医療法人社団 博栄会 介護老人保健施設「太陽の都」〒115-0051 東京都北区浮間 2-1-13 TEL03-3558-8881 FAX 03-3558-8831

責任者 右近

## 日常の様子

### 【初詣】

太陽の都では毎年、「都神社」を作成し、入所と通所の御利用者様が自由にお参りができる場所を設置しております。

今年は「出雲大社」をイメージして作成させて頂き、おみくじもご用意しました。神社へ初詣に行くことが難しい方々にも楽しんで頂ければと思い、毎年設置をしており、皆様からは「とても立派な神社でご利益がありそう。」「本物の神社にお参りに来れたみたいでうれしい。」などのお声も頂けており、「初詣」を楽しんで頂けました。

初詣のルーツは、平安時代に家長が大晦日から元旦にかけて氏神様の神社にこもり、豊作や家内安全を祈願した「年籠り（としごもり）」という風習にあります。これが大晦日の「除夜詣」と元旦の「元日詣」に分かれ、江戸時代には庶民の間にも広まりました。

皆様はどのような祈願をしたのでしょうか。太陽の都の職員一同、皆様が健康な一年が過ごせますようお祈り申し上げます。



## 特集

### 節分と豆まき

「鬼は外、福は内！」そんな声があちこちの家から聞こえる季節が近づて参りました。

◎「節分」とは

二月三日は節分、二月四日は立春です。元来、節分とは「季節を分ける」ことから「節分」といいます。現在では節分といえば立春の前日だけを指すようになりましたが、季節の始まりを示す立春、立夏、立秋、立冬の前日はいずれも節分なのです。

◎豆まき

節分の日には、炒った豆を年神に供えたあと、その豆をその年の干支生まれの者が「鬼は外、鬼は外、福は内」と呼ばわりながら蒔きます。このとき蒔かれた豆を自分の歳の数だけあるいは、歳の数十一粒だけ拾って食べ、一年の無病息災を願う風習があります。

なぜ豆を蒔くかというと、穀物や、果実には「邪気を払う霊力」があると考えられており、豆を蒔くことで豆の霊力により邪気を払い、福を呼び込むと考えたといわれています。

おまけ・・・「鰯の頭」

「鰯の頭も信心」などといわれる鰯の頭を焼いて、柊の枝に刺し、家の入口に差す風習があります。これも節分の日でこれは、鰯の頭の悪臭で、邪気が家に入るのを防ぐという意味があります。また、柊の葉には、葉の先の尖った部分を「鬼の目突き」といい、鬼を追い払う力があるといわれています。

## 行事報告

### 「ゆず湯」

昨年の十二月、ゆず湯を実施致しました。毎年の恒例行事であり、皆様にも人気の高いイベントです。「ゆず湯」に浸かると体も芯から温まります。

太陽の都は浴室も広い分、一日に使用するゆずの数も多い為、見て楽しむ事もできます。

ゆず湯の様子はインスタグラムにも掲載をしていますので、ぜひご覧ください。

### 行事予定

三月の代表的な行事といえば、やはり「雛祭り」ではないでしょうか。

当施設でも毎年、一階のデイフロアに雛人形を飾っており、それを

一目見たご家族様が、記念に利用者様と一緒にそれらを背景に写真を撮って帰られる、といったケースもよく見られます。

私達も、少しでも利用者様の記念になればと思い、職員各々で空いた時間に1階で利用者様の写真を撮っております。



### <近況報告>

様・御家族様

担当：