



新年が始まりました。
今年もよろしくおねがいします。



水仙

2024年
令和6年
1月10日発行

1月の暦・行事の紹介



1月10日 十日戎（とおかえびす）

主に西日本で行われ、七福神のえびす様を祀るお祭りです。
商売繁盛を祈願し、福笹をもらおうと多くの参拝者でにぎわいます。



1月11日 鏡開き

お正月に神仏に鏡餅を備えますが、それを下げて食べる日になっています。
鏡餅は木づちで叩いて割るのが基本とされています。



1月15日 どんど焼き

締め飾りや門松などのお正月飾り、書初めなどを燃やして五穀豊穡、無病息災を祈願します。



1月20日 大寒

1年で寒さがもっとも厳しくなる時期です。



1月22日 カレーの日

カレーの日は1982年に子供たちに好まれていたカレーを栄養士協議会が
学校給食のメニューにするように提言し、記念して制定されました。



1月にちなんだクイズ

答えは裏面です!

①昭和24年開始のお年玉付き年賀はがきの特賞の景品は何でしょうか?

1. ミシン 2. ラジオ 3. 掃除機

②お正月にやってはいけないと言われている事があります。なんでしょうか?

1. 入浴 2. 掃除 3. 早起き

③鏡餅の上に乗っているのは実はミカンではありません。何の果物でしょうか?

1. だいたい 2. かぼす 3. いよかん

血管年齢ってご存じですか？

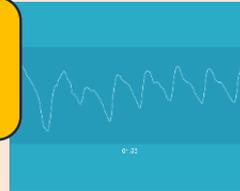
測定機器をこの度導入しました！

血管は加齢とともに働きも変化してくるものです。

若い人の血管はしなやかで血流も良い為、からだ中に栄養を循環させやすいですが、加齢とともに血管の弾力性が失われ硬くなってきてしまいます。



指に挟んで1分ほどで計測
できます。

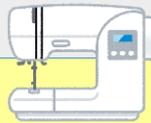


脈拍と血流を測定し、推定血管年齢を測定する機器となっています。
ご利用を希望される方はスタッフにお声掛けください。



※血管年齢は動脈硬化の度合いを計測するものではなく、生活習慣の一つの目安とお考えください。血管を健康に保つ秘訣をスタッフよりアドバイスさせていただきます。

答え



① 1. ミシン

その他、1等 純毛服地、2等 学童用グローブ、3等 学童用こうもり傘

② 2. 掃除

掃除の中でも特に玄関先の掃き掃除は、せっかく来てくれた年神様を
追い出してしまうことになると言われています。

③ 1. だいたい

橙（だいたい）というミカンの仲間の果物です。

橙は新しい実がなって4年～5年は木から落ちないことにちなんで、
『子孫が代々繁栄しますように』との願いが、込められています。



編集後記

今年は年始から さまざまなニュースがありますね。

寒さもこれからが一番厳しい時期です。暖かくして過ごしてくださいね。



富田ケアセンター有限会社
富田訪問看護ステーション

☎ 086-522-5550