



## 『春のおとずれ』

まだまだ寒い日が続きますが、時々暖かい日もあり、春が近づいてきているようですね。桜の花が開花し、お花見など楽しい行事もあるのでは？

今回は、春ということで改めて「ひなまつり」の由来とひな人形について調べてみました。

毎年三月三日は、女の子のお祝い「ひなまつり」です。女兒の初節句には、ひな人形を用意し、健やかな成長と幸せを願いながらお祝いをします。古くから日本では、紙でつくった人形を川に流す「流し雛」が行われており、人形に自分の穢れを写して身代りにし、水に流して厄を払っていました。ひな人形は、三月二日の宵節句、三月三日の本節句を経て、三月四日の送り節句と三日がかりの祭事が本来は行われます。

みなさんは、お人形の名前を言うのでしょうか？もし子供に人形の名前を聞かれても、知らないとは言えないですよ。ここでは、お人形の名前をお伝えします。

一段目は、「お内裏様(おだいりさま)」と「お雛様(おひなさま)」です。このお内裏様の内裏とは、皇居・宮中を表しており、内裏様とは宮中の貴人、特に天皇の尊称とする言葉です。そのため、天皇・皇后をモデルとした人形とも言われています。

二段目は、「三人官女(さんにんかんじょ)」です。実はこの三人官女ですが、違いは持ち物だけではないのです。よく見ると、真ん中の女官だけ眉がなく、お歯黒になっています。この女官だけは既婚者の設定となっています。

三段目は、「五人囃子(ごにんばやし)」です。それぞれに太鼓・小鼓・笛・扇を持っています。

四段目は、「随人(ずいじん)」です。「左大臣」と「右大臣」の二体が対になっています。

五段目は、「仕丁(じちよう)」です。箒・塵取り・熊手を持った三人の人形です。

いかがですか？何気なく見ているひな人形ですが、名前だけでも知っていただけでしたか？

また何かチャンスがありましたら、ご紹介したいと思います。次号は何をご紹介できるか楽しみにして下さい。



## 『OT便り』

前略、桜の花びらが春の便りを運んでくれている今日この頃、皆さんいかがお過ごしですか？

もうご存知の方も多いと思いますが、OT室はこの春から週間予定をリニューアルしました。

そこで、今回はOTプログラムの紹介をしたいと思います。

◇クラフト◇  
革細工や手芸、編み物、絵画、ゲームなど、自分の好きな活動を行います。曜日によって内容が異なります。

◇お達者クラブ◇  
ご高齢の方の活動になります。懐かしい歌を歌ったり、体を動かしたり、楽しく過ごします。

◇映画クラブ◇  
新作映画、懐かしい映画の上映会です。映画の内容はミーティングで決めていきます。

◇園芸◇  
畑や花壇で野菜や花を育てています。収穫した野菜は試食しています。

◇音楽◇  
合唱をしたり、楽器(ハンドベル)を演奏したり、懐メロを観賞したりしています。

◇りんどう◇  
体操やゲームなどたくさん体を動かす活動です。

◇ひめゆりの会◇  
女性限定のグループです。自分の体と向き合い、月に一度の体脂肪測定やヨガ、調理実習を行っています。

◇陶芸◇  
粘土に触れ、器やオブジェなどを作っています。

◇新グループ◇  
病院で行われる、レクリエーションの準備をする活動です。

OTについての質問や希望がありましたら、お気軽にOTスタッフに声をかけてください。

草々

## 『デイケア便り』

こんにちは、デイケアです。四月のプログラムから、メンバーさんの希望により、創作時間と調理の時間を多く設けています。メンバーさん同士、助け合いながら行動し、笑顔で過ごされています。

### 『作品』



## 『縁起の良い意味が込められたひな祭りの食べ物』

### 菱餅(ひしもち)

緑、白、ピンク(紅)の三色の餅を菱形に切って重ねたものを飾ります。色の意味にはいくつかの説があり、緑は「健康や長寿」、白は「清浄」、ピンクは「魔除け」を意味する説と、緑は「大地」、白は「雪」、ピンクは「桃」で「雪がとけて大地に草が芽生え、桃の花が咲く」という意味が込められているという説があります。緑餅は増血効果があると言われるよもぎを混ぜ、白餅には血圧を下げると言われるひしの実が入り、ピンク餅は解毒作用があると言われるクチナシで色をつけています。また、菱形は「心臓」を表していると言われ、災厄を除こうという気持ちや、親が娘の健康を願う気持ちが込められています。

### ひなあられ

餅に砂糖を絡めて炒った、ひな祭りの節句の代表的な和菓子のひとつです。ピンク、緑、黄、白の四色でそれぞれ四季を表していると言われていきます。でんぷんが多く健康に良いことから「一年中娘が幸せに過ごせるように」という願いが込められています。

### 白酒

もともとは桃の花びらを漬けた「桃花酒」というものが飲まれていたと言われていきます。桃は邪気を祓い、気力や体力の充実をもたらすということで、薬酒のひとつとして中国から伝えられました。江戸時代からは、みりんに蒸した米や麴を混ぜて一カ月ほど熟成させた「白酒」の方が親しまれるようになりました。「白酒」はアルコール度数10%前後のお酒で大人しか飲めないのですが、子どもにはノンアルコールの「甘酒」がおすすめです。

### ちらし寿司

ちらし寿司そのものはいわれはありませんが、えび(長生き)、れんこん(見通しがきく)、豆(健康でまめに働ける)など縁起のいい具が祝いの席にふさわしく、三つ葉、卵、人参などの華やかな彩りが食卓に春を呼んでくれるため、ひな祭りの定番メニューとなったようです。

## 『作品』

春浅し 水に浮きをり 親子鴨

点の蟻 何とり急ぐ 枯れすすき

苗磨きに 寒さに負けじと 励まされ