

このたび、1月1日（月）に発生した石川県能登地方を震源とする地震（令和6年能登半島地震）において犠牲になられた方々に深く哀悼の意を表するとともに、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

季節は節分、春間近



冬の間、冬眠していた森の動物たちも地表に顔を出し、木々では小鳥のさえずりも聞こえ始めました。
2月の半ば過ぎには河津桜も満開となるでしょう。
また来月号で報告いたします。

「鬼は～そと」「福は～うち」今年の節分は各フロアで節分行事が行われました。いろいろな感染症に対して注意をしながらですので、ちょっとおとなし目でした。

節分豆知識

*最近はなかなか見られませんが、節分には軒先に柊（ひいらぎ）と一緒にいわしの頭を飾る風習があります。これは「魔除け」として行われていたようです。柊の棘の痛さで鬼を追い払い、いわしの頭の臭気で鬼を寄せつかせないためとか。

4階の掲示物

毎月テーマを決めてフロアで制作しています。



毎月季節に合わせたポスター（壁紙）を作り掲示していますが、今回はお正月ということで4階の皆様とリハスタッフとで書初めを行いました。

「辰」「一月」「門松」の見本を用意して書いていただきました。それ以外にも自身で書きたい文字を考えて書く人もおり、ユニークな作品がたくさん出来ました。また、習字を習っていた人も多く、80～90歳にも関わらず達筆で書かれる人もいました。出来た作品はフロアの壁に掲示し、「あの人の字、綺麗だね～」「これ私が書いたのよ」と笑っておられました。



*福笑いのセットはリハ室にあるので、皆様どうぞ遊んでくださいね！

正月の遊びといたら「福笑い」がありますよね。
4階では、リハスタッフが用意した手作り福笑いを行いました。「おかめ」「ひょっとこ」の二種類からお好きなほうを選んでいただきましたが、どの顔もパーツが寄ったり、バラバラになったりとおもしろい顔になり、周りで見っていた人や目隠しして作った人も新年早々良い初笑いができました。

リハスタッフ

去年に引き続き、オレンジビーチマラソンに参加しました



第58回「伊東オレンジビーチマラソン2024」が1月14日（日）に開催されました。市観光会館を発着点に総勢1,657人が今季一番の寒さの中、早春の伊東海岸線を走り抜けました。

いとうの杜としては去年に続き2回目参加の23名（+スタッフの子供5名）、さらには多くの応援団も参加し、のぼりやうちわ、横断幕持参で選手を盛り上げました。

また、1月1日に発生した能登半島地震の被災地復興を願い、リボンに肩口に付けそれぞれの想いで走りました。

*このマラソン大会には、当法人本部から2名、所沢ロイヤル病院から2名、三鷹ロイヤルの丘から3名がご参加いただきました。ありがとうございました。この夏にはタライ乗り競争もあります。ぜひご参加をお願いします。

**伊豆散歩
～伊豆高原～**

2015年から始まり、毎年シーズン毎にスケールアップしている伊豆高原グランバル公園内にあるイルミネーション施設はテレビ等でよく出ていますし、伊東市民の皆様は度々行かれているかと思いますが、1月中旬に行ってきました。

今回は2023年11月11日より2024年8月31日まで「体験型イルミネーション 伊豆高原グランイルミ～9thシーズン～」だそうです。約8万平方メートル

の敷地に約600万個以上のLEDが散りばめられています。イルミネーションの上を歩いたり、くぐったりでき、写真スポットも数多く設置され、家族連れやカップルに人気です。

グランイルミ



わたしの冬休み

新聞を読んでくれているみなさん！おはようございます！こんにちは！こんばんは！
いとうの杜通所リハビリで勤務している理学療法士の後藤大裕と申します。

少し前の話になるのですが、正月休み親戚が集まった際に今までの恩返しとして人生で初めて親族にお年玉を渡しました。渡した反響は思いのほかに良く、余程嬉しかったのか祖母は神棚に飾ろうとしていました。せっかくのお年玉なのに最初は使う気がありませんでした。親族の喜んでいる姿を見て渡して良かったなと思いました。そんなことを書きながら思ったのですが、みなさんお年玉の由来や起源はご存じでしょうか？ここからは、お年玉の歴史や由来、海外でのお年玉事情について少し話をしたいと思います。

～お年玉はいつ？どこから始まったの？～

諸説ありますが、日本ではお年玉は江戸時代ごろから始まったと言われています。発祥の地は中国であり、日本文化の多くが中国から伝来しているように、お年玉文化も同様であると言われています。ちなみに最初はお金ではなく、「お餅」だったそうですよ！

～お年玉は海外にもあるの？～

海外では、発祥の地中国の他にシンガポールやマレーシア、ベトナムなどでも行われており、歴史的に中国文化の影響が強い国や地域ではあるそうです。
当たり前に行っている行事も調べてみると面白いものですね！

～由来は？～

御歳魂（おとしだま）という言葉からきています。御歳魂というのは、正月の年神様を迎えるためにお供えされた丸い鏡餅のことを指しており、お供えした後に家族に分け与えられていました。また、その餅は歳神様の生命ともされており、家族に分け与えることで一年を無事に過ごせるという風習があったそうです。
江戸時代に商家が奉公人に現金をお小遣いとしてあげたことでいつからかお餅からお金に代わったみたいです。

2024年が皆様にとっても良い1年になりますように！！



オレンジビーチマラソン
頑張りました

後藤



フレイクタイム (俳句・短歌・川柳)

あなたも一句思いついたら
投稿してみませんか

龍年を 八回迎え 祝う春

北村 文子

お年玉 揃えてひ孫の 笑みを待つ

北村 文子

2月のレクリエーション と行事予定

- 通所 節分ミニ運動会 2/2 (金)
誕生日会 2/10 (土)、2/16 (金)、2/19 (月)
- 2階 バレンタイン杜カフェ 2/14 (水)
- 3階 コンビニスイーツを食べよう！(どら焼き編) 2/19 (月)
- 4階 豆まき 2/4 (日)
- 5階 節分豆つかみ 2/6 (火)
パーラー杜 (いちごジュース) 2/13 (火)・27 (火)
誕生日会 2/21 (水)
- 6階 豆まき 2/3 (土)
昼食鍋パーティー 2/13 (火)

移動美容室「クランチケア」さんがいとうの杜に来ます。

2月 1日(木)
2月20日(火)午後のみ営業
2月26日(月)

ご希望の方は各フロアスタッフまで！！

皆様と一緒に楽しい紙面づくりをしていきたいと思いを。

ご意見や投稿などお待ちしております！

〒414-0002 伊東市湯川 288番地9

ホームページ

「いとうの杜新聞」編集部まで

<https://www.itou-mori.jp/>

電話 0557-35-4165 FAX 0557-35-4101



お正月のおもしろいろいろ



みなさんは新年の遊びと言えば何を思い出しますか？

「羽根つき」「かるた」などいろいろありますが、通所では新年早々「福笑い」を行いました。目隠しをした利用者様は手作りの大きな福笑いのパネルに向かい、時には止まって考えたり、手で確認しながら龍やおかめに目鼻口をくっつけていました。福笑いをしている方は一生懸命に、周りで見ている方たちはどこか懐かしそうに終始笑顔でした。出来上がった福笑いを見て更に笑顔があふれていました。そして福笑いが終わった後は「お汁粉」を召し上がっていただきました。「甘〜い」「美味しい〜」の声が聞かれ、とても喜んで頂けたようです。

新しい年の初まりにみなさんで楽しい時間を過ごすことができました。



さくら棒とクラッカーをおしるこに入れて召し上がる方やお菓子として召し上がる方、それぞれの楽しみ方で集中して召し上がられており、「美味しいね」「甘さがちょうど良い」と話され笑顔も見られました。 3階スタッフ

甘さが丁度よく、おいしい！

さくら棒好評😊

おしるこはやっぱりお餅がいいな！ 5階

*お餅は窒息の危険性が高いためお出ししていません



前日から楽しみにしている方がいました。「おいしい、おいしい」と言って食べていました。 4階



この時期は空気が澄んでいてきれいでした。時間ごとに開催されるイベント「光と音のショー」は必見です。超大型ビジョンに映し出された光景にしばし足を止め見入りました。ただ、寒い、冷たい、顔が痛い程の冷気に襲われました。遊びに行くならもう少し温かくなってからをお勧めします。すべてのエリアを周わり入場料の元をとるには1〜2時間かかると思いますが、今回は30分位で出てきました。（写真に写っている人物はたまたま入った方です）

伊豆の散歩人

