

サロン深つかふかだより

協力者一同

5月の【プチ講座・介護技術】では、講師として松尾さん、南さんをお迎えし、車椅子の使い方を講習していただきました。
たたんでいる車椅子を広げて座れるようにする事から始まり、ブレーキの掛け方など教えてもらいました。車椅子は、介護度や体の状態の違いで選ぶ事、ベッドから車椅子に移動する手順などを教わりました。
2人ペアで練習しました。移動の時の段差や下りなど、場所に応じた車椅子の使い方をたくさん教えていただきました。
みなさん、質問されたり真剣に練習されたり、とても勉強になりました。

6月4日は、高齢者相談センターどりいむさんにおいでいただき、三原市版エンディングノート「未来ノート」について、趣旨・目的や活用の仕方、全体の内容、大事なポイントについて説明していただいた後、「私の心づもり」のページをそれぞれ記入しました。
「大事なこと」と分かっているけど、後回しにしていまいがちですが、実際に書いてみて、家族やきょうだい・友人と一緒に書いたらいいねという話になり、追加を頼んで持ってきていただきました。

猛暑の季節ですが、元気に夏を過ごせるよう、サロンでのひと時を一緒に楽しませんか？初めてのの方も大歓迎でお待ちしております。

7月の予定

- 水曜日10時～11時30分
 - ・2日…歌・おしゃべり
 - ・9日…深小すみれ学級さん訪問（一諸にゲームなど）
 - ・16日…脳トレ・ボッチャ
 - ・23日…ハンドベル
 - ・30日…深盆踊り・ゲームなど
- ★毎回最初の30分は「いきいき体操」です。

持ってくるもの
・飲み物・室内シューズ
・長いタオル（体操に使います）
インスタグラムで活動の様子を発信しています。



https://www.instagram.com/fukamachi.ochanoma/

問い合わせ先（安藤）
090-5265-3855

深町子どもを守る会

子どもをみんなで
守りましよう。



深小の子供は

- 午後2時半頃に
下校します。
- 日により下校時間が
異なることがあります。
- 近くで、遠くで、みんなで
見守りましよう。
- あいさつ
声かけをましよう

T B G協会だより



三原市・月例

ターゲット

バードゴルフ大会



三原市T B G月例会大会は、6月21日（土）に19名の参加で深町・城山コースにて行われました。

成績は、次の通りです。

- | | |
|---------------------------|---------------|
| 1位 | 桑田 せつ子 |
| 2位 | 笠井 隆三 |
| 3位 | 林 洋祐 |
| ベスグロ69 | 林 洋祐 |
| 2人組戦1位 | 林 洋祐
谷岡 義昭 |
| ホールインワン | 井上 幸子 |
| ※選手の敬称略 | |
| 次回の月例会大会は、7月19日（土）に、行います。 | |

T B G協会

事務局

山内 好己

文月とは何月？

由来、意味、興味深い説明！
【主要な習慣について】

文月とは？その読み方と旧暦の意味
文月（ふみづき）は、旧暦での7月に相当します。

この用語を理解するためには、旧暦とは何かを知ることが重要です。
旧暦は、現代のグレゴリオ暦（太陽暦）が普及する前に使用されていた暦で、太陽太陰暦（天保暦）としても知られています。この暦では、太陽の公転と月の満ち欠けを基にして年間の日数を計算しており、不定期に挿入されるうるう月でずれを調整していました。

一方、現在の太陽暦では、地球が太陽を一周する365日を基本とし、4

年に1回のうるう年で細かな時間調整を行います。旧暦では、年によって季節感とのずれが生じることがあったため、二十四節気を用いて季節の変動を表現していました。

旧暦の年の始まりは立春であり、これは現在の1月1日とは異なります。そのため、旧暦の月名や日付は新暦に慣れた私たちにとっては馴染みにくいものと感じられることがあります。

文月の由来とその深い意味

文月、すなわち7月は、一見すると夏の強い日差しと暑さが印象的で、文学や文字とは直接関連しないように思えます。しかし、この月には文化的に重要なイベントが存在します。そう、それは「七夕」です。

現代では七夕に短冊に願い事を書くことが一般的ですが、元々は平安時代に和歌を詠む行事として行われていました。この風習が広がり、詩や願い事を笹に吊るす習慣に発展しました。

この伝統から、7月には「文が上達するように」という願いも込められ、これが「文被月（ふみひらきづき）」という名で呼ばれるようになり、やがて「文月（ふみづき）」と簡略化されました。

このように、7月の別名「文月」は、七夕の文化的な背景に深く根ざしており、その名は文学や文字の上達を願う意味合いが込められているのです。

文月の名称の背景

文月と呼ばれる7月に関する解釈は多岐にわたります。

多くの人々が七夕と関連付けるこの名称には、確かに説得力がありますが、七夕自体が奈良時代に中国から伝わったものであるため、その説は必ずしも古くから存在していたわけではありません。

旧暦の7月を指す「文月」という名前のもう一つの起源としては、農業に関連した由来が考えられています。この時期には稲が実をつけ始め、「穂含月（ほふみづき）」と呼ばれ、これが後に「文月」となったとも言われています。

さらに、この大切な農作物の成長を観察するため、「穂見月（ほみつき）」と称されることもあり、これが時間を経て「文月」へと変化したとも考えられています。

これらの説は、文月がただ七夕だけに関連するのではなく、農業の周期に深く関連していることを示しています。

文月の名前のユニークな起源

文月についての説は数多く存在し、その全てが確実であるとは言いがたですが、特に興味深いのが「虫干し」と関連付けられている説です。

「虫干し」とは、本や紙製品を長い期間保管していると、湿気やカビの影響で小さな虫が発生することがあります。これを防ぐため、古くは書物を定期的な日に干して乾燥させ、虫やカビを駆除する習慣がありました。

この行事は7月7日、すなわち七夕の日に行われることが多く、この

日は「文を開く日」としても知られていました。ここから、「文を開く」という行為が「文月」という名前に繋がったという説があります。

また、虫干し自体も、本来は中国の風習であるとされ、日本に伝わってからこの習慣が取り入れられたと言われています。このように、文月の名前には、ただ単に月の名前を指す以上の文化的な背景が含まれていることがうかがえます。

7月の和風月名とその由来

文月として知られる7月は、その美しさや風習にちなんだ多くの異名や別名を持っています。ここでは、文月以外の7月に関連する和風月名をいくつか紹介します。

・女郎花月（おみなえしつき）…この時期に黄色い女郎花が盛んに咲き始めることからこの名がつけられました。

・愛合月（めであいつき）…七夕の習慣から、この月に織姫と彦星が年に一度だけ会うという伝説に因んで名付けられています。

・建申月（けんしんげつ）…北斗七星の柄がこの時期に申の方向を指すことからこの名がつけられたと言われています。

・初秋（しよしゅう）…暦の上では、この月から秋が始まるとされています。

・孟秋（もうしゅう）…「孟」は「初め」を意味し、これも秋の始まりを示す月名として用いられています。

これらの名前は、それぞれの月が持つ特徴や文化的背景を反映しており、日本の四季の移ろいを感じさせてくれます。

文月における鰻を食べる風習

日本では、特定の日に特定の食べ物を摂るという風習が数多く存在します。その中でも特に有名なのが、土用の丑の日に鰻を食べる習慣です。土用とは、立春、立夏、立秋、立冬の各「立」の前18日間の期間を指します。この期間は、季節の変わり目に位置し、一年に四回存在します。

丑の日とは、十二支の一つである「丑」にあたる日のことを指し、昔は日付を数えるのにも使われていました。したがって、土用の期間中にある丑の日は土用の丑の日とされています。

しかし、なぜ夏だけ鰻を食べる風習があるのでしょうか？これには、江戸時代の発明家である平賀源内が深く関与しています。当時、鰻の旬は冬であり、夏にはあまり売れないため、困っていた鰻屋が平賀源内に相談したところ、彼が「本日丑の日」という張り紙をすることを提案しました。当時は「う」のつく食べ物を食べることで夏負けしないという信仰があり、この提案がたちまち広まりました。

結果として、夏の土用の丑の日に鰻を食べる習慣が確立し、今日に至るまで多くの人々に親しまれています。この風習は、季節感や古い信仰に根差した日本ならではの文化として、今もなお色褪せることなく受け継がれています。