

感性にささやく五感の生活

神無月

旧暦10月は、日本中の神様が出雲（島根県）に集まり、それぞれの社に神様が不在になるために「神無月（かんなづき）」と呼ばれますが、出雲の国では神々が集まる月になることから「神在月（かみありづき）」と呼ばれています。

出雲といえば「出雲大社」。大国主大神（だいくくさま）を祀っており、「因幡の白兔」の神話でも知られています。

〈ハートライフ初生〉



秋の月に見立てた円相

円相（えんそう）は、禅における書画のひとつで、図形の丸（円形）を一筆で描いたもの。「一円相（いちえんそう）」「円相図（えんそうず）」などとも呼ばれます。

悟りや真理、仏性、宇宙全体などを円形で象徴的に表現したものとされていますが、その解釈は見る人に任せられます。

また、円窓と書いて「己の心をうつす窓」という意味で用いられることもあります。

〈ハートライフ高柳〉



栗名月（十三夜）

旧暦の9月13日・十三夜は「栗名月」「豆名月」と呼ばれ、お供え物の豆や栗が、ちょうどこの時期に食べ頃になることが、その由縁といわれています。

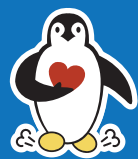
十五夜は中国から伝わったものですが、十三夜は日本固有の風習で、秋の収穫祭の一つではないかと考えられています。

昔から、十五夜、十三夜、どちらか一方しかお月見をしないことを「片見月」といい、縁起が良くないとされています。

〈プレミアムハートライフ大岩〉



ペンギん食堂



11月

- バターコーンライス
- 手作り 手ごねハンバーグ
- ポテトサラダ
- トッピングプレート
- 手作りオニオンスープ
- 生フルーツ&ゼリー





ペンぎん通信





2020年12月246号

<https://www.akutagawa.co.jp>

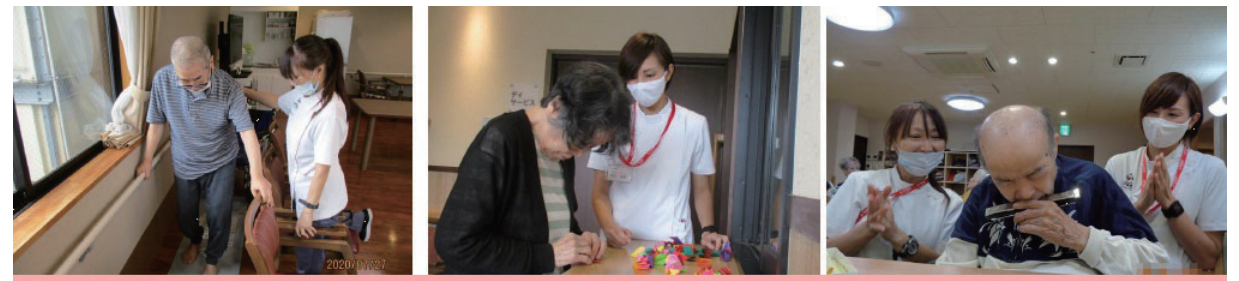
令和2年度「静岡県優良介護事業所」として表彰されました

アクタガワは、静岡県介護保険課が主催する「令和2年度静岡県優良介護事業所表彰」において、顕著な成果を挙げた事業所として、静岡県庁にて11月19日に表彰されました。

「職場環境改善」や、「サービスの質向上」の取組を行う静岡県内の介護事業所のなかから、アクタガワ生活リハビリ押切デイサービス（ハートライフ押切）が「サービスの質向上部門」で選出されました。

アクタガワで取り組んでいる「生活リハビリ」では、一人ひとりの生きがいを追究し、活動する目的として、社会参加・役割を創出しています。そして、その目的を実現するために日常生活に直結する目標を設定し、成果が実感できるよう身体状況を視覚化して活動意欲を高めています。意欲が高まり習慣化することで介護度が改善され、介護サービスの質の向上だけでなく介護職員の意欲向上を図る好事例として評価されました。

詳しくは <https://akutagawa-dayservice.com/facilities/heartlife-oshikiri/>



皆さん目標に向かって頑張っています！！



臨濟寺での坐禅会と介護の日



アクタガワでは、毎年「介護の日」の11月11日前後に「坐禅会」を開催しています。今年も臨濟寺（静岡市葵区大岩）のご厚情により、故人のご冥福を祈るとともに、自分自身を見つめ直す坐禅会を11月12日に行いました。坐禅会は2008年より始め13回目になります。私達は、日頃外部からの情報の洪水のなかで暮らしています。もちろん情報は必要ですが、人間もPCの容量と同じで、詰込みすぎると新しい柔軟な発想が生まれてきません。期待を超える価値や革新的なサービスを提供していく為にも、人間の生きがいを追及する為にも、自分自身を「空」にする機会を私達は大切にしています。

今年は、臨濟寺の新型コロナウイルス対策へのご配慮により、坐禅会場の襖を閉めず開放し、ソーシャルディスタンスを保つため参加人数を各施設代表者1名のみに制限しました。マスク着用・手指消毒・検温を実施するなど、密閉空間、密集場所、密接場面の「三密を回避」した新しい様式での開催となりました。

介護の日とは？

「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」の語呂にあわせて、2008年7月の厚生労働省「福祉人材フォーラム」において「11月11日」を「介護の日」と定め、厚生労働大臣より発表されました。

詳しくは <https://www.akutagawa.co.jp/topics/media/>

老師講話「仏教における三密」 新型コロナの今をどう生きるか？



坐禅後には、老師から新型コロナウイルスによって変わった新たな生活様式で、今をどう生きるかのヒントとして「仏教における三密」の講話をしていただき、「社会」の捉え方や、自分という「個」の内面を見つめ直す貴重な時間を過ごすことができました。

仏教における三密として「身密（しんみつ）」「口密（くみつ）」「意密（いみつ）」があり、「身体や行動（身）を整え、言葉や発言（口）を正しいものとすれば、おのずと心や考え（意）も整う」という生き方を教えて頂きました。

- ・「身密（しんみつ）」／お互いの感染を避けるため、手洗い・うがい・消毒やマスクの使用を怠らない。不要不急の外出を控えるなど、命を守る行動をする。
- ・「口密（くみつ）」／孤独にならないようにと、心身の健康を保つため交流を断ち切らない。また、悪口を言わない、人の揚げ足をとらない、デマを流さないなど。
- ・「意密（いみつ）」／押し寄せる情報にまどわされて、心をみださない。外出できない中でも、楽しくなることに前向きに試みることを忘れない。
- ・「身体は遠くても心は近くに」／
ソーシャルディスタンスやリモートの世界になっても忘れてはいけないこと
- ・「温もりと思いやりのあるふれ合い」／
ロボットやリモートの世界になっても忘れてはいけないこと
- ・「貴い名を持たず、目立った地位も無く、評価も結果もえられていないと思う人こそ、大舞台を演じている。端役は一人もいない。雑草という目はない。」