

多世代で集う地域交流スペース ミクスチャーハウスえんだより

2017
8

暑中お見舞い申し上げます



今年の夏、日本全国で一番発せられている言葉が「暑い」でしょう。一番人気の「暑い」!!
それでも会員の皆さんはお元気です。8月になりますが、皆さん、そして地域の皆さん、このままお元気でお過ごしください。



「えん」の各講座は安定して開催されておりますが、秋には少し目新しいことを企画したいと考えております。今考えているのは、次のようなことです。

「桜葬」・・・大分市にある樹木葬墓地を通じてお墓のことを考えます。

豊後高田の田染荘のカフェ(「えん」のカフェ主催者)を楽しみ方々国東の紅葉を楽しみましょう。

「共食」・・・会員さん向けに月1回、食事会を開催します。元プロが食事を作りますので、ぜひみんなで楽しく食べましょう。



ご案内



地域の皆様、あらためて「ミクスチャーハウスえん」へのお誘いをします。「ミクスチャーハウスえん」では年齢、地域を問わず、ご利用者を募集しております。

非会員の方でも気軽にご参加いただけるのが「音楽とシナプソロジー」「あったカフェ(しゃべり場)」です。

8月は次のように開催します。お友達をお誘いの上、覗いてみてください。

音楽とシナプソロジー

日時 8月4日(金)、8月22日(火)
11:00~12:00

参加費 1回500円



あったカフェ

日時 8月7日(月)、8月21日(月)
13:00~15:00

飲み物代 1杯300円

都道府県別病気ランキング



都道府県によって、なりにくい病気があるようです。ランキング形式で発表します

食道ガンの死亡率が低い都道府県

1位福井県 2位熊本県 3位長野県 4位大分県 5位沖縄県

尿もれが日本一少ない都道府県

1位鹿児島県 2位群馬県 3位神奈川県 4位宮崎県 5位千葉県・・・34位大分県

心臓病の死亡率が低い都道府県

1位福岡県 2位長野県 3位富山県 4位熊本県 5位大分県

健康寿命が長い都道府県

1位静岡県 2位愛知県 3位群馬県 4位茨城県 5位宮崎県・・・35位大分県

乳がんの死亡率が低い都道府県

1位和歌山県 2位香川県 3位滋賀県 4位山梨県 5位三重県・・・8位大分県

頻尿が少ない都道府県

1位群馬県 2位茨城県 3位山梨県 4位山形県 5位栃木県・・・22位大分県

糖尿病が少ない都道府県

1位高知県 2位奈良県 3位東京都 4位山口県 5位大阪府・・・38位大分県

肩こりが少ない都道府県

1位山形県 2位群馬県 3位沖縄県 4位新潟県 5位茨城県・・・19位大分県

便秘が少ない都道府県

1位青森県 2位佐賀県 3位沖縄県 4位奈良県 5位新潟県・・・17位大分県

高血圧が少ない都道府県

1位香川県 2位広島県 3位東京都 4位岡山県 5位大阪府・・・23位大分県

歯周病が少ない都道府県

1位山梨県 2位沖縄県 3位石川県 4位宮崎県 5位秋田県・・・10位大分県

腰痛が少ない都道府県

1位神奈川県 2位宮崎県 3位茨城県 4位千葉県 5位埼玉県・・・37位大分県

骨粗鬆症の少ない都道府県

1位奈良県 2位沖縄県 3位香川県 4位愛媛県 5位茨城県・・・11位大分県

大腸がんで死なない都道府県

1位大分県 2位岡山県 3位熊本県 4位宮崎県 5位福井県



大分県はガンでの死亡率が少ないようです。特に大腸ガン!!死亡率低下につながる大分の県民食は・・・「里芋」里芋のネバナはムランやガラクトンと呼ばれる食物繊維国内の大腸ガン研修で、対象者役8万人の6年間の食物繊維摂取量を調査したところ「食物繊維の摂取量が少なかった方は大腸ガンになるリスクが高い」と判明。大分県民が里芋と多く食べていることが大腸ガンの死亡率低下につながっているようです。

お盆の期間は地域で違いがあるのを知っていますか？



お盆とは・・・『先祖供養の期間』のこと。ご先祖様をこの世にお迎えし、共にその期間を過ごす大切な期間です。生前の御恩に感謝しながら故人をしのび供養します。お盆の行事としては、地域性や宗教によっても違いがあるようです。形は違えど基本的には親族家族が集まって『ご先祖様に感謝を捧げ、ご供養する行事』がお盆なのです。

【新暦のお盆】

期間 7月13日(迎え盆)～7月16日(送り盆)
地域 北海道(函館・根室)、東京、横浜、静岡、愛知、石川などの主に都市地域で分布は約20パーセント

【月遅れのお盆】

期間 8月13日(迎え盆)～8月16日(送り盆)
地域 上記以外の北海道、関東(東京以外)、関西など、ほぼ全国的約80パーセントの地域に分布



【旧暦のお盆】

期間 8月20日ごろ、今年は9月3日～9月5日、その年によって違います
地域 沖縄、奄美地方など、分布はごくわずか

【8月1日】

期間 8月1日前後
地域 東京(八王子・多摩付近)、埼玉県(吉川市)など、分布はごくわずか

《お盆期間中に行うこと》

【8月13日】(盆の入り)

12日夕方か13日午前中に精霊棚や仏壇にお供えをし、祖先を迎える準備を整えます。家の玄関や門口で「オガラ」と呼ばれる麻の茎を折って積んだら火をつけて燃やし、その場で合掌。これが「迎え火」です。祖先の霊はオガラを燃やした煙にのって帰ってくるといわれます。夕方には軒先または精霊棚の盆提灯に明かりをともします。

【8月16日】(盆の明け)

祖先の霊が帰る日です。迎え火をたいた場所で「送り火」をたきます。地域によっては「精霊流し」の場合も。寺社の境内で「盆踊り」が行われます。盆踊りは地獄の責め苦を免れた者たちの喜びの踊りだそうです。古くから「農繁期の労をねぎらう」「地域の親睦を深める」「男女の出会いの場」として盆踊りが機能してきました。



《お盆のお供え物》

【食べ物】

13日には餛飩付きの「お迎え団子」、14日はおはぎ、15日は素麺、16日は餛飩なしの「送り団子」を供えることが多いようです。



【供花】

蓮の花を供えると、祖先が花びらを舟にして帰ってくるといわれます。提灯代わりに帰り道を照らすとされているのが、ほおずきです。最近では蓮やほおずきにこだわらず、故人が好きだった花を用意するようになりました。



【精霊馬】

キュウリとナスに割り箸を4本刺し、牛馬に見立てたお供え物です。キュウリは足が速い馬で、祖先の霊が乗って早く帰れるようにという願いが込められています。反対に帰るときはナスで作った馬に乗り、ゆったり帰ってもらいます。「さまざまなお供え物を牛馬に背負わせて持ち帰ってください」という意味もあります。

みなさんが楽しく集い、お元気でられますように・・・

ミクスチャーハウスえんでは、地域交流スペースを設け、会員制による中高年の仲間づくり・生きがいづくりの場をご提供します。行政の枠を超えて、子どもさんから高齢者まで利用できるように考えています。スタッフ共々お待ちしております。どうぞご利用ください。

2017

8月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 ◎健康麻雀③	3 ●健康体操	4 ◎健康麻雀① □音楽	5
6	7 ■あったカフェ ▲古典	8	9 ◎健康麻雀③ △リ-ダ-教室	10	11 山の日	12
13	14	15	16	17 ●健康体操	18 ◎健康麻雀① ○書道教室	19
20	21 ■あったカフェ	22 □音楽	23 ◎健康麻雀③ △リ-ダ-教室	24	25 ◎健康麻雀① ○書道教室	26
27	28	29	30 ◎健康麻雀③	31 ●健康体操		

○書道(10:30~12:30) ◎健康麻雀①(13:00~17:00) □音楽(11:00~12:00)
 ●健康体操(10:00~11:00) ◎健康麻雀②(8月9月はお休み) ▲古典(16:00~17:00)
 △リ-ダ-(10:00~11:00) ◎健康麻雀③(13:00~15:00) ■あったカフェ(13:00~15:00)

INFORMATIONS

『会員になってサークルに参加しませんか?』

対象者：大人ならどなたでも。地域も問いません。
お一人で来られる方。

会費：月々1,000円(小学生は会費無料)

入会金：1,000円

※講座によっては別途費用がかかる場合もあります。ご確認ください。



『スマイルゆいと地域づくり』

今後の予定です・・・

“えん”では協働食事・共食にも取り組んでまいります。
また、各種講座の指導者も募集しています。「パソコン」
「楽器の指導」など、腕に覚えのある方、ぜひご参加
ください。



お問い合わせ・主催

大分市数戸西町1-3 有限会社 スマイルゆい (古村まで)
 TEL : 090-7396-2632 FAX : 097-504-7848
 E-mail : furumura@wonder.ocn.ne.jp

