

すぎな園だより

令和3年9月1日発行 第172号



まつやまきたよしだちよう
松山市北吉田町77-95
TEL 974-8310 FAX 974-8340
メールアドレス suginaen.0704@song.ocn.ne.jp



風水で運氣アップ↑↑



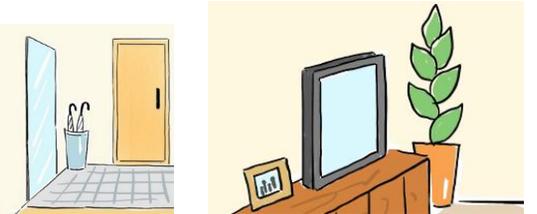
おうち時間が増えた分、最近掃除をしたり、簡単な模様替えをする機会が増えました。そんな中、テレビを見ていると風水で開運、運氣アップ…というのを目にしたので、自分も少しでも運気を上げればと思いましたがご紹介したいと思います。

風水とは…?

風水とは端的に言うと「幸せになるための学問」です。決しておまじないでもなければ古いでもなく、地理学、環境学の一つです。よい暮らしを実現するために「運氣(エネルギーや傾向)」をコントロールする。その環境整備の教科書。それが風水学です。なので、「無理がかかること・不自然なこと」を嫌います。「いかに自然原理にのっとって生きるかが大切」なんです。風水を地理風水と表すこともあるのは、風水が気候や風土と関係が深いからです。

具体的には…

- ・大雨が降ると氾濫するから〇〇川の近くに住んではいけない
- ・土砂崩れしやすいから〇〇山を切り拓いた場所に家を建ててはいけない
- ・埋め立て地は地震で地面が液状化しやすいため〇〇町は住むには適さない



こうした昔から地元の人に伝わる噂や知恵は、地理学の知恵であるとも言えます。そしてこれらを人々の生活に適応させたものが風水です。風水を知っていると、どうして地名にサンズイが付いている場所は水害が多いのか、なぜ住宅街の真ん中に神社がぼつんと建っているのか、その理由についてもより深く理解できるようになります。

玄関 風通しが良く自分らしい空間に!!

玄関は家の顔であり、全体運に関わる大切な場所です。「自分自身を象徴する場なので、自分の顔にメイクをするような感覚で、好みの雰囲気を出しましょう。とはいっても、好きなものをたくさん並べるとい意味ではありません。風の通り道なので、通気性をよく、スッキリさせることが大切です。たたきに置くのはお気に入りの靴1足のみにし、バッグや段ボール、ゴミなどを置かないようにしてください。玄関マットやスリッパは、ラッキーカラーのものを用意します。鏡は玄関に入って左側に飾るのがベスト。鏡は邪気を祓うパワーが強い一方で、良い気も祓ってしまうので、全身が映る姿見よりも、丸みを帯びた小さめの鏡がいいでしょう。“金”と相性がいいのは水。湖や海、噴水など、水を連想させる絵や写真を飾ると、良い気が入りやすくなります。一方、家族写真を飾るのはNG! 玄関に入ってきた悪い気が写真に当たると、事故や健康を害する可能性があります。

リビングルーム 自然素材の物や光を多く取り入れて

人が集まったりくつろいだりするリビングは、エネルギーをチャージする場所です。「リラックス効果や生命力を高める大きな観葉植物を置くといいですね。陰の気を陽に変える力のある天然素材のものを多く取り入れましょう。カーテンは明るめの色味にし、遮光カーテンは避けます。家族や親友、大切な人との写真を飾ると家庭運、恋愛運、人気運がアップ。リモートワークはリビングでするのがいいでしょう。デスクを置く場合は、外の景色が目に入る窓に向かって座るとアイデアが浮かびやすくなります。出世につながる北西に寝室がある場合に限っては、寝室でのリモートワークもOK。ダイニングで仕事をする場合は、食事と仕事ではエネルギーの使い方が違うので、テーブルを変えたほうがベター。折り畳みできる簡易的なデスクがあると便利です。2021年は水系アイテムも運を開くので、ソファやクッションなどに薄いブルーやグレーを入れたり、水槽や花瓶を置いたりするのもいいです。細かなことをいって地相・家相・鬼門・裏鬼門、吉方位・凶方位等、たくさん気をつけるポイントがあります。ご紹介したいこともまだまだありますが、残りはまた後日にしたいと思います。興味がありましたらぜひ調べたり、試してみてください。

文責：中野 力

デイキャンプ

8月27日(金)は「すぎな園夏祭り」を開催しました！この自粛期間の夏にどんな思い出がある？と考えた時に、夏祭りとして、世間では中止や延期されている「縁日」をすぎな園風に開催しています。前もって利用者さん全員に手作りお面を作って着用してもらい、負けじと看護師さんが浴衣を着て魅せてくれました。食事はカレーライス🍛にからあげ・フランクフルトをトッピングしており、今日だけはおかわり自由(といってもほどほどにするように声掛けしていますが・・・)にして食べてもらっています。午後からはゲームコーナーをオープンして、輪投げや射的(宮岡さんが割りばしを使って輪ゴム拳銃を上手に作ってくれました!)を楽しそうに遊んだり、スーパーボールすくいでは使い方が分からずポイ二本重ねで水の中に入れて豪快にすくっていた利用者さん(破れないのでみんなたくさんすくう事が出来たようです)など、皆さん各ゲームコーナーでワイワイと楽しんでいました。利用者さん全員で法被を羽織ってピシッと記念写真を撮った後、締めは皆さんと手拍子で盆踊り🎵!日常を離れて束の間の夏のひと時を楽しみました。夏の思い出となってくれば、岡本の苦勞も報われるというものです。

尚、今回の夏祭り開催に際して、家族会から費用の一部を負担して頂いております。この場を借りて御礼申し上げます。
 文責：岡本 久美子



2日(木)・・・料理活動(ほし班)	23日(木)・・・秋分の日
7日(火)・・・料理活動(さくら班)	28日(火)・・・料理活動(そうさん班)
14日(火)・・・料理活動(ミッキー班)	ひなんくんれん 避難訓練
20日(月)・・・敬老の日	

文責：生活支援員 若松 卓也