

明日の家族を考える会 報



・発行 明日の家族を考える会・会長 羽賀紘一 ・事務局長 中村厚子
・発行責任者・編集人 羽賀紘一 ・毎月1回発行
・事務局 〒659-0091 芦屋市東山町10-2-701 中村方 TEL. 080-6165-7011
FAX. 0797-23-2488 URL <http://wnw-ashiya.com>

第80号

2016年1月

1 月度幹事会

○日 時 2016. 1. 21 (木)
19:00~20:30

○場 所 ホテル竹園芦屋1階喫茶室

- 出席者確認 (敬称略) 河村、中島、宮本、羽賀 以上4名
- 配布資料 ①本日の次第 ②第7回ラフターヨガチラシ
③あしやフェスタ2016ワークショップチラシ2種類

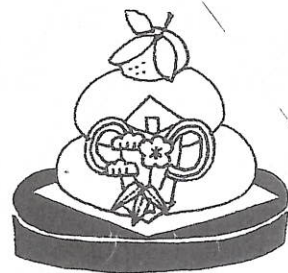
○報告事項

1. あしやフェスタ2016拡大実行委員会 (1月12日)

①交流ひろば13:00~15:00 2階会議室C、D

・開会のことば・代表幹事 村上さん

・オカリナ演奏3曲くらい (10分)・芦屋川カレッジ30期会



カンツバキ (寒椿)。ツバキ (椿) とサザンカ (山茶花) の交雑種とされるツバキ科の常緑中低木。花言葉は、「謙譲」「愛嬌」。



河村さん

羽賀さん

宮本さん

中島さん

- ・ 13:15～ひろばの進行・明日の家族を考える会、大脇さん、河村さん
手遊び、工作手づくり、情報ブース、絵本の読み聞かせ (B室)
- ・ 15:45
閉会のことば・実行委員長 吉川さん
- ・ 15:00 終了
 - ①バザーの手伝い 11日値付け・河村さん
13日午前中、販売・河村さん、中島さん
 - ③あしやフェスタ2016のポスターは、全グループで広報掲示板に貼る。
(3月1日～3月14日) 撤去はセンターが行う。

2. 10周年記念誌制作状況について

会員随筆は全員分準備済み。2005.7～2009.6の4年間について
総会資料、議事録、写真など事務局で確認必要。中村さんの回復を待つて確認
する。

○会計から(河村さん) 整理中です。

○HPから(大脇さん)

①2月25日ラフターヨガチラシ3月15日(火)と19日(土) ワークショップチラシ
を掲載ください。

②安生さん、山本さんをHPより外してください。

○カルガモクラブ、まちな寺子屋報告

1月5日(火)4組(子どもは4人)、1月21日(木)7組(子どもは7人)参加。
まちな寺子屋は1月はお休み。

○協議事項

① 2月25日(木) ラフターヨガ

集合は12:45会場

準備役割分担

医師会への御礼(宮本さん)、小林先生への謝礼、ブルーシート(河村さん)

お茶・水・紙コップ、名札(守上さん) 看板・大脇さん

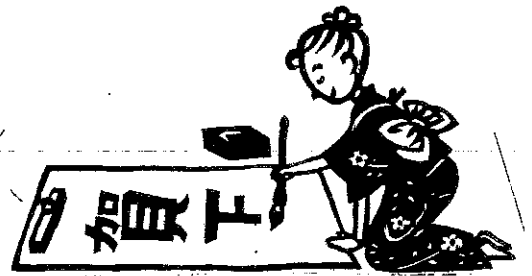
ラジカセ、カメラ、受付名簿(羽賀)

②ボランティアさんへの御礼

従来通り行うことで了承。準備・河村さん

○次回幹事会

2月25日(木) 19:00~20:30 ホテル竹園芦屋1階喫茶室



○今後の予定

*第7回ラフターヨガ(笑いヨガ)

・日時 2月25日(木)

13:30~15:30

・会場 芦屋市医師会 医療センター

*ウィザスあしやフェスタ2016

・日時 3月13日(日)

10:00~15:00

・会場 芦屋市男女共同参画センター ウィザスあしや

*第29回公開学習会

「ミャンマー黄金の三角地帯」

=山岳少数民族の暮らしの変化=

・日時 3月15日(火)

13:30~15:30

・会場 芦屋市男女共同参画センター2階会議室C・D

*第30回公開学習会

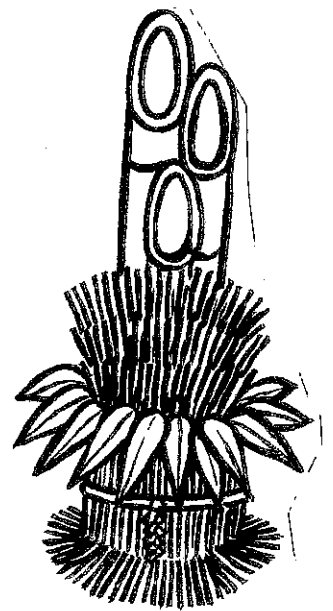
「母系社会・通い婚の女性の生き方」

=東方女兒国の家族=

・日時 3月19日(土)

13:30~15:30

・会場 芦屋市男女共同参画センター2階会議室C・D



お正月のしきたり・マナーのお話

お正月は新年の年神様を家に迎える行事。鏡餅、大掃除もその準備です。神様を迎え、邪気を払い1年の健康を願います。

決まり事にはそれぞれ意味があえるのでしっかりと理解しておきましょう。

○祝い箸の片方は神様用です

お雑煮やおせち料理を食べるときに使うのが祝い箸。両端が細く削られた丸くて白い箸で、「寿」などと書かれた箸袋に入っていることが多い。

お正月はその年の幸せを授けてくれる「年神様」を家に迎える行事です。年神様と一緒に食事をするため、片側を神様用として細くしてあります。折れにくい柳を使うことが多く、「柳箸」「両口箸」という呼び方もあります。



○祝い箸は松の内は洗って使い続けます

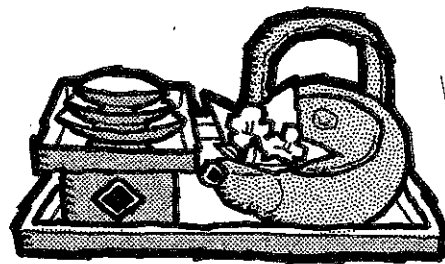
箸に使う人の魂が宿るとされ、松の内は同じ箸を清めて使い続ける風習があります。地域によって洗わないところもあります。

○祝い箸の箸袋には、自分の名前を書きます

祝い箸は袋に名前を書くものです。「大晦日の内に家長が書いて神棚に供えておく」という地域もあります。

○お屠蘇は「年少者から年長者」の順に飲みます

1年の始まりの朝である元旦に健康長寿を願って飲むのがお屠蘇です。「蘇」はよみがえる、「屠」はほふるとも読み、「邪気を払う」という意味があります。数種類の生薬を調合した屠蘇散を、お酒やみりんに混ぜたり浸したりして作ります。小・中・大と大きさの違う杯を使って年少者から順に飲みます。



○正月飾りは12月28日までに行います

29日は「苦」に通じ、31日にあわてて準備するのは一夜飾りとして忌み嫌われます。

○松の内は関東などでは1月7日、関西は1月15日まで

年神様を迎え、門松などを飾っておく「松の内」は地域によってまちまちですが、関東では7日、関西では15日までが多いです。松の内が明けると正月飾りは片付けます。

○小正月の朝は小豆がゆを食べます

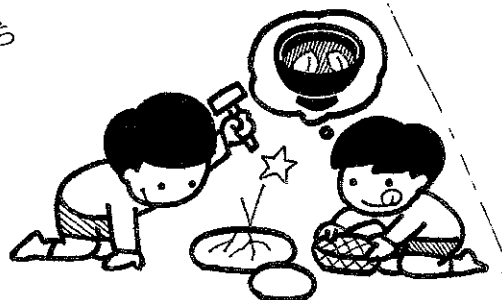
1月15日は小正月(こしょうがつ)。旧暦では新年最初の満月の日として祝ったと言われます。小豆がゆを食べる風習は平安時代からと言われ、小豆には魔除けの力があるとされ、家族の健康を願う忌みがありました。

○上司の子どもには「お年玉」ではなく「文具料」などと書いて渡す

お年玉はもともと「年魂」と書き、年神様へのお供え用の丸餅でした。これを年少者に分け与えたのがお年玉の始まりとされています。「お年玉は自分より地位の低い人に渡すものなので、上司の子どもの場合は「文具料」「玩具料」などと書きます

○鏡開きに包丁は使わない

神様に供えたものなので、刃物ではなく木づちなどを使います。もとは1月20日でしたが、徳川家光の月命日のため11日に改められたと言われています。現在も地域によって日にちが異なります。



1月の子育て支援活動

*カルガモクラブ・・・河村さん担当

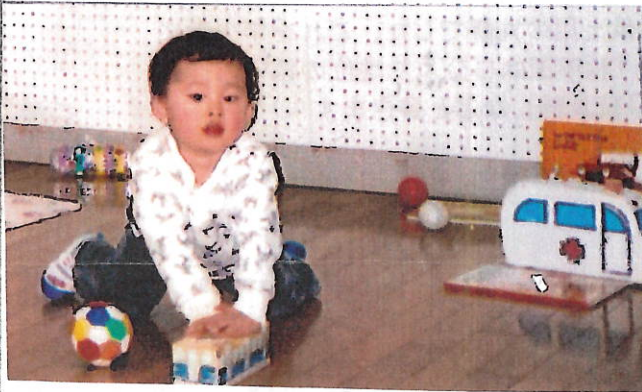
毎週第1火曜日10:00～11:30 前田集会所にて
第3木曜日13:00～17:00 同上

0歳児～3歳児の親子が対象です。手遊びから、リズム遊び、紙芝居・絵本の読み聞かせ、自由遊びのなかで友達づくりなど、子どもの成長に合わせた遊びを行います。

また、新米ママの育児の悩みを先輩ママやボランティアスタッフがサポートしてくれます。子育て仲間をつくって育児を楽しみながら、子どもと一緒に学び成長しましょう。

1月5日(火)は、**4組の親子**(子どもは4人)が参加されました。
ボランティアは、山内さん

1月21日(木)は、**7組の親子**(子どもは7人)が参加されました。
ボランティアは、なし



0歳児の事故上位5位と傾向

2015年11月までの約5年間の間に国民生活センターに寄せられた事故情報は計1万2484件でこれを報集計した結果が公表された。

子どもの事故は年齢や発達に応じた特徴がある。

重大事故につながりやすい危険な環境や原因を良く知っておきましょう。

1. **転落** 3804件 0歳・・・大人用ベッドが多い。
1歳～・・・階段や椅子など
2歳～・・・遊具も増加
2. **転倒** 2536件 歩行が不安定でつまずき、テーブルに頭をぶつけるなど。
3. **誤飲** 1871件 ボタン電池、たばこ、医薬品など。
4. **ぶつかる** 1326件 ハイハイして壁に立てかけた物にぶつかるなど。
5. **接触** 879件 炊飯器、電気ポット、鍋・釜などによるやけど。

前号「頭の体操」の解答

下記の職業は何ですか？



1. ヒントは女性のあこがれの職業の1つです。

最初の1期生から数えて407期を迎えた頃、その変わりようを皮肉って言われた言葉です。

「神話のひとけた、化石のふたけた、100期の美貌に、200期の知性、300期は体力で、向こう横丁の400期(または十把ひとからげの400期)」。

解答

国際線のスチュワーデス(現在のCA:キャビンアテンダント)

ひとけたの5期は「プロペラ機時代しか知らない」

日航では10人のスチュワーデスが募集され、応募したのは2,000名
応募条件;容姿端麗、

身長165センチ以下、体重60キロ以下)

(客を見下ろすこともなく、積載量も増えないために)

入社試験:5次テストまでであった。

1次 書類審査・・・この段階で200名に減った。

2次 筆記試験:英語、数学、国語、社会の4科目
1科目につき2時間ずつ。

3次 英会話の口頭試問

4次 重役面接

5次 身体検査

出身校:ベスト3は①青山学院女子短大 ②関西外語大 ③東京女子短大

1. 現在もっとも倍率が高いと言われる職業です。

下記の職業は何ですか？

ここ数年のある企業の応募状況と選考過程は下記通り

講習会申し込み 3000人~4000人

書類選考

1次面接・・・200~500名

2次面接・・・100名

講習会・・・30名

最終面接・・・10名

採用内定・・・2~5名



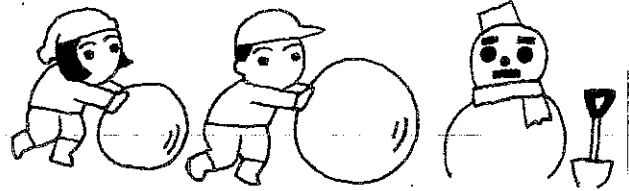
解答

民放キー局のアナウンサー

採用試験は、「アナウンス講習会」もしくは「アナウンスセミナー」と呼ばれる講習会形式で行われる。

時期としては一般の就職活動よりかなり早くスタートします。

=知っておきたい知識=

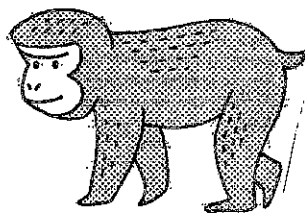
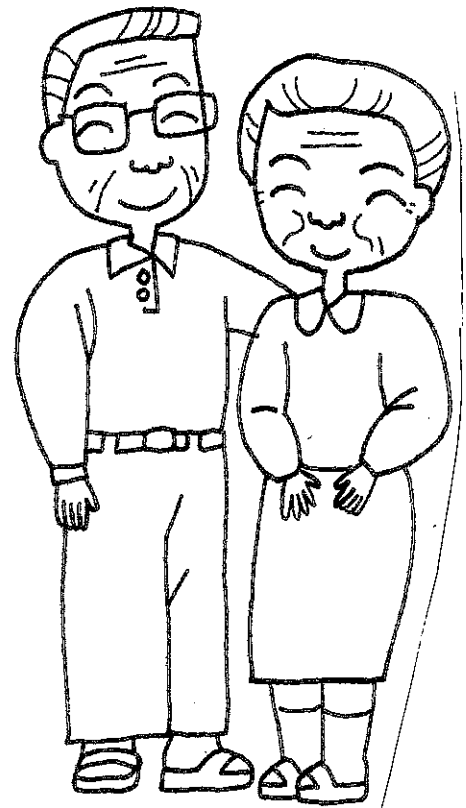


百寿者6万人・元気な100歳を目指す

日本は平均寿命で世界一を達成した。100歳以上の「百寿者」は2015年6万1568人になった。日本人の平均寿命も延びている。14年は女性は86.83歳、男性80.50歳と過去最高を更新した。ただ、健康上の問題で日常生活が制限されない「健康寿命」は、女性74.21歳、男性71.19歳、平均寿命との差をいかに縮めるかが課題になっている。

どうすれば、自立した生活を続けながら長生き出来るのだろうか。健康・体力づくり事業財団と京丹後市の「百歳健康長寿の秘訣集」によると百寿者は下記のような人が多いことがわかったという。ぜひ参考にしましょう。

- 3食きちんと食べる
- ほぼ毎日野菜を食べる
- 果物が好き
- 食べ過ぎず、好き嫌いなく
- しっかりかんで食べる
- 散歩などの運動習慣がある
- 自分の身のまわりのことをする
- 好奇心が旺盛
- 物事を良い方にとらえる
- 決まった時間に起床
- たばこは吸わない
- 人とつきあうことが好き
- 外向・開放的で誠実
- 頭を使い、身体を動かしている



編集後記

新年おめでとうございます。皆さんご一家の益々のご多幸とご繁栄を心からお祈り申し上げます。

今年も健康に留意してそれぞれに楽しい日々を送りましょう。ところでみなさんは日常、良く笑っていますか？最新の

研究でも、笑いと健康や疾病との関連が注目されるようになりました。

「笑いは副作用のない薬」と言われます。笑うことで心身をゆるめ、免疫力を高める。しかし、身体に良いことは良くわかっているのですが、何ものなしに笑おうとしてもこれはなかなかむずかしい。それならば、笑う機会のあるときにみんなで一緒におもいきり笑いましょう。2月25日(木)第7回ラフターヨガ(笑いヨガ)です。みんなで参加して大いに笑いましょう。

(羽賀)