



☆菖蒲湯について☆

5月5日の端午の節句には、我が家でも菖蒲湯に入りますが、この時期になると、なんで菖蒲湯に入るのかと妻と必ず話題になります。その度に調べるものの、都度忘れてしまい今に至っています。今回はそんな菖蒲湯について載せてみました。

【由来】



まずは由来から。元々は奈良時代から続く行事といわれており、5月5日「端午の節句」に、厄払いとして「菖蒲湯」に入っていたそうですが、時代が武家社会へと変わり「菖蒲（ショウブ）」は「勝負」や、武道、武勇を重んじる「尚武」に通じることや、葉の形が刀に似ていることから、武を尊ぶ節句へと変化してきました。江戸時代になると、5月5日が幕府の重要な式日と定められるようになり、将軍に男児が生まれた年は馬印やのぼりを立てて誕生日をお祝いしたそうです。もちろん、菖蒲湯に入ると言う風習はこの時代も続いています。

この、「端午の節句に菖蒲湯に入る」・「男児が生まれた年の5月5日はのぼりを立てて祝う」という風習が庶民にも広がり、今の5月5日として定着したそうです。

【菖蒲湯の効能】

本来は菖蒲の「根」に血行促進や疲労回復の効果がある精油成分が多く入っているので、これらをネットに詰めてお風呂に入るのが、一番効果があると言われていますが、買って来た菖蒲をそのまま浴槽に入れて手軽にアロマ効果のある香りを楽しんでもいいでしょう。

【終わりに】

恒春の丘でも、この時期になると、菖蒲を入れた「菖蒲湯」を用意し、アロマ効果のある香りを皆様に楽しんで頂いております。我が家でも5月5日の端午の節句に、買って来た菖蒲をそのまま浴槽に入れ、菖蒲の香りを楽しみました。菖蒲湯の由来、来年以降にも覚えていられるように、心に刻んでおこうと思います。



生活相談員 渡辺

☆美容について☆

6月の美容は 6/7 (火)・6/16 (木) を予定しております。カットを希望される方は、お手数ですが、感染予防対策としてマスクのご持参、着用をお願い致します。また、美容を希望される際には、前日の体調確認の連絡などの際に、美容希望を担当者へ伝えて頂いた上、【入所時連絡表】の希望欄に、有か無かをご記載ください。ご不明な点は担当者（渡辺・柏村）までお問い合わせください。

*市中の感染状況によって急遽中止となる場合がございますので予めご了承下さい。



☆舞岡産のいちごを食べました☆

舞岡で採れたいちごをおやつのカステラにトッピング。生クリームをデコレーションし、皆様で頂きました。舞岡駅の近くで販売されており、今回は「紅ほっぺ」を購入しましたが、他にも「あきひめ」も作っているようです。



*左記 QR コードにて恒春の丘ホームページができない場合は、【恒春の丘ホームページ】と入力すればインターネットから検索出来ます。Twitter も随時更新しておりますので、ぜひ検索してみてください。

