

道草だより

兵庫医科大学保健管理センター
職員相談室 2021. 10月号

すっかり秋になりました。皆さまお元気でお過ごしでしょうか。新型コロナウイルスの流行も、少し収束への明るい兆しが見えてきたのかなと感じております。このまま落ち着いていくことを、心から願っております。

さて、職員相談室のメールアドレスを、標記のように変更させて頂きました。今後、メールでの予約申し込みの際には、こちらのアドレスにお願い致します。→shoku-so@hyo-med.ac.jp

季節を味わう

先日、中秋の名月と満月の日が8年ぶりに重なるということでしたので、月を眺めるとつきりときれいに輝いておりました。あらためて周囲を見渡すと、季節の変化を感じ、一年の流れにちりばめられた節目節目を心にとめ、楽しめるような心の余裕が持てたらいいなと思いました。日本には、いつまでも大切にしていきたいすてきな行事や風習がたくさんありますが、今回は、皆様に歳時記こぼれ話を少しご紹介したいと思います。

引用文献:「大切にしたい、にっぽんの暮らし。」さとうひろみ著

秋の虫の鳴き声

『万葉集』にもコオロギを詠んだ歌がおさめられています。秋の夜は虫の鳴き声があちこちから聞こえてきますが、どの音色が何の虫なのか、耳をすませてみましょう。

スズムシ リーン リーン
キリギリス ギーッチョン ギーッチョン
コオロギ コロコロ コロコロ
マツムシ チンチロリン チンチロリン



お風呂の話

これからだんだんと恋しくなるのがお風呂。日本には、菖蒲湯やゆず湯等、独自のお風呂文化があります。入浴の習慣は、6世紀に仏教伝来とともに、中国から伝わってきたと言われていています。仏教において入浴は「七病を除き、七福を得る」と説かれ、体の汚れを落とすことには仏に仕える者にとって大事な仕事の一つでした。寺院には浴堂が備えられ、一般庶民にも開放されていたそうです。そこから入浴の習慣が始まったようです。昔は、暑い蒸気を充満させ身体を蒸していたようで、浴槽に張ったお湯に入りだしたのは江戸時代からとのこと。湯船にゆったりつかる入浴スタイルは、意外と近年に発展した文化だったんですね。

TEL/FAX: 0798-45-6121 (内線6121) IP (86601)

メールアドレス: shoku-so@hyo-med.ac.jp

相談員 原田 久仁美

