



第 84 号
平成22年
11月発行

「おしぼり」のコミュニケーション作用

社会福祉法人りんさく福祉会

理事長 須田 晃

おしぼりのサービスが生まれたのは、綿製品が一般に広まった江戸時代（室町時代後期との説も）からと言われています。宿場町の旅籠屋や街道の沿いの茶店などで、水を張った桶と手ぬぐいが用意され、旅人は手ぬぐいを桶の水に浸してしぼり、手足の汚れを拭き、旅の疲れを癒すのに役立ったのでしょうか。この「しぼる」という行為がおしぼりの語源になったと言われています

普段何気なく使っているおしぼりですが、考えてみれば、おしぼりは日本の伝統の癒しの文化、おもてなしの心の表われとみてよいでしょう。喫茶店、居酒屋、すし屋などの飲食店で使用され、日本の「おもてなし」精神を象徴する国民にとっても最も身近なものです。布製のおしぼりは外国雑誌などでも「疲れを癒す、白くて小さな名脇役」などと紹介され少しずつ

はあるが広く世界にも知れ渡っています。

おしぼりは、お手拭きとして使うのは当たり前ですが、それ以外にも様々な使い道があります。たとえば、目の疲れを癒す効果。人肌よりやや熱めのおしぼりを、目の上に乗せて一分ほど覆うことで疲労感がとれます。暑い夏には冷たいおしぼりで手を冷やしその後顔を拭いた時の快感というか落ち着きは何物にも代え難い疲労解消でしょう。

日本の十月二十九日は、一〇本の指を二（ふ）九（く）の語呂合わせで『おしぼりの日』と二〇〇四年から定められています。温かいおしぼり、冷たいおしぼりがありますが、水分を与える際に、温水ないしはスチーム等により適度に温かい水分を布切に浸みこませる事によって、温かいおしぼりしたり、水分を含ませた状態で冷蔵等することで夏季等に用いるのに適した冷たいおしぼりとしたりすることが可能になりました。望洋荘にもおしぼりの通常電気式の温冷庫があります。本来的には、手を拭くために供するものではあるでしょうが、一部には、手以外の顔や体の部分を含め拭くために用いてもいいでしょう。

望洋荘でも朝な夕なに、心のこもったおしぼりを使って、長い旅を終え、この住み処にたどりついた旅人（住人）に癒しの温かい手を差し伸べて下さい。

「ハワイアンズ見学」豊間・永崎ユニット

豊間ユニットが十一月一日、永崎ユニットが十一月十七日、勿来ユニットが十一月二十四日にスパリゾート・ハワイアンズに行つて来ました。普段とは違う雰囲気を目を輝かせて「フラダンスショー」を見学されたり、ソフトクリームやフロートなどを美味しいと食べておられました。

「ユニット対抗のど自慢大会」

十一月二十八日「ユニット対抗のど自慢大会」を行いました。昨年に続き二回目の開催となります。昨年の覇者「薄磯ユニット」に対抗して、各ユニットの、のど自慢の皆様で熱い戦いが繰り広げられていました。会場は、歌を唄う人、応援する人が一体となり大いに盛り上がりました。

「虹色コーラス友の会」様



11月10日虹色コーラス友の会の皆様に来荘いただきました。前回7月にも来荘いただき入居者様から大好評でした。今回の虹色コーラス友の会の皆様の来荘を入居者みんな楽しみにしていました。美しい声が会場に響き渡り、それに釣られて入居者様方も大きく書かれた歌詞を見ながら「虫のこえ」などを熱唱せれていました。楽しい一日をありがとうございました。

「介護と医療」①

これからこの欄に介護と医療に関してお届けします。介護される皆様、また家族の方々も充分お読みくださり参考にしてください。

「いつでもおいしく食べるために」

おいしく食べるためには、脳の神経の七〇八割を使うと言われてます。これは、食べる機能を活発にすると、脳の機能まで回復させる働きがある事を意味します。衰えた筋肉や神経の活性化、減少した唾液の分泌促進のためには、リハビリを兼ねたマッサージや運動（食前体操）が有効になります。

望洋荘でも「食前体操」は一日三回毎食前に行っており、入居者様がいつまでもおいしく食事が出来まするように努めております。

1. 首の運動「二回ずつ」

- ① 首を前後にゆっくり動かします。
- ② 首を左右斜めに動かします。
- ③ 首を左右横に動かします。
- ④ 首を左右にゆっくり回します。

2. 口腔周囲のマッサージ

- ① 左右の頬をもむようにマッサージします。
- ② 左右のあごの下をもむようにマッサージします。
- ③ 上唇の上をもむようにマッサージします。
- ④ 下唇の下をもむようにマッサージします。
- ⑤ あごの下をもむようにマッサージします。
- ⑥ 首の左右をもむようにマッサージします。



3. あご・唇の体操「二回ずつ」

- ① 口を開けたり、閉じたりします。
- ② 頬をふくらまします。
- ③ 大きい口で「あ・い・う・え・お」と発音します。
- ④ 「パッ・パッ・パッ」とはつきり発音します。
- ⑤ 「タカ・タカ・タカ」とはつきり発音します。

4. 舌の体操「二回ずつ」

- ① 舌を出したり、入れたりします。
- ② 舌で上唇、下唇をなめます。
- ③ 舌で唇を左右なめ回します。
- ④ 舌で左右の唇の角（すみ）をなめます。
- ⑤ 舌の先で唇の内側をなめ回します。
- ⑥ 舌の先で左右の頬を押し付けます。

「なるほど雑学」…その②

食べ放題を「バイキング」

スタイルと呼ぶのはなぜ？

帝国ホテルは一九五八年に第二新館を開業し、その時の呼び物が地下の食堂「インペリアルバイキング」でした。何十種類もの惣菜を、お客様が自由に取る西洋料理は珍しがられ、大勢の人が押しかけたそうです。以後、日本では食べ放題を「バイキング」スタイルと呼ぶようになったのです。このようにバイキングという言葉は日本で生まれたため、海外ではこの言葉は通じません。アメリカではビュッヘ・スタイルと呼び、近年日本でもそう呼ばれています。

どうして「月」と

「スッポン」が比較されるの？

二つのものの間に大きな差があることを「月とスッポン」といいます。なぜ似ても似

つかぬものが比較されるようになったのでしょうか？ 「月とスッポン」が初めて文献に登場したのは、江戸時代後半の随筆「嬉遊笑覧（きゆうしゅうらん）」だと言われています。その中に「スッポンは異名を丸という。満月も丸いが、二つの丸は大違いである」というような内容が書かれており、やがて「大違い」の比喻として使われるようになったのです。

菌が作り出した乳酸菌の作用

乳酸菌は、糖を分解して乳酸を生産してエネルギーをつくる細菌です。一八九九年、乳酸菌の一つのビフィズス菌が発見されました。ロシアの細菌学者メチニコフ博士は、ブルガリア地方の長寿の理由は乳酸菌食品と関係が深いことに着目し、乳酸菌が腸内バランスを改善・整腸作用をもたらすと研究成果を発表しました。現在では、乳酸菌には、腸内細菌のバランスを回復する整腸作用、便秘の症状改善、免疫増強作用などがあることがわかり、乳酸菌食品が注目されています。

十二月の行事予定

十二月十二日（日）午後十二時十五分
「忘年会」 四倉ユニット

十二月二三日（木）午前十時
「クリスマス会」

【十二月のお誕生会予定】

十二月七日（火）

四倉 増田・枝様 （九四歳）誕生会

十二月十六日（木）

薄磯 宇田 恒雄様 （八八歳）誕生会

十二月三十日（木）

勿来 大内 ミサヲ様 （八七歳）誕生会



編集後記

『望洋荘』便り

平成二十二年十一月三十日発行

発行所 いわき市

平豊間字合磯三十九番地
社会福祉法人 りんさく福祉会

介護老人福祉施設 望洋荘

電話 (0246) 55-7373
FAX (0246) 55-7255