

【気遣い】・・・鈴木

立春も過ぎて、暦の上では春ですね。少しずつ日の出が早く、日の入りが遅く、昼の時間は長くなり、太陽のあったかさに春を感じますね。そしてコロナウィルスや、インフルエンザには充分注意していきましょう。

2月13日は気くばりの日です。気遣いと、気配りという言葉がありますが、気遣い（きづかい）は、相手に対して失礼のないように、あれこれと気にかけること。気くばりは、相手が求めていることを推測して、前もって行動することと広辞苑に載っております。

気遣いと、気配りはほぼ同じ意味ですが、気遣いは一人、一つのことに対して、気配りは複数の人・複数の物事に対して使うイメージだと思えます。

気遣いとは、あれこれと配慮すること、注意を払うこと、悪いことが起きるのではないかと不安に思うことです。相手に対して失礼のないように、あれこれと心にかけることを表します。気遣いは、相手が気分良くいてほしいという思いが込められているのではないかと思います。相手の配慮に対して、感謝の気持ちを述べる表現で、相手から気遣ってもらった場合に「お気遣いありがとうございます」とお礼の気持ちは必ず伝えたいと思えます。

気配りは、全体に対して目を向けるといったニュアンスになります。不都合や失敗が起きないように気にしたり、相手が求めていることを予測して前もって準備をしておくのだと思えます。

「気遣い（きづかい）」と「気配り（きくばり）」はニュアンスの違いがあり、「気遣い」は一人・一つのことに対して使い、「気配り」は複数の人・複数の物事に対して使うことが多いようです。気を遣ってもらい温かい気持ちになったら、逆に相手にそれ以上の気を遣う事が出来たらよいですね。



【イベント雑学由来】・・・手塚

節分（2月3日）

「鬼は外、福は内」と豆（いった大豆）をまいて、邪気を祓った後に、年齢の数だけ豆を食べて、1年間の幸せを祈ると言われています。

これは、米と同じエネルギー源で霊力を持つとされる豆をまくこと



で、病や災いを祓い、更にその豆を食べることで力をいただけると考えられたからです。この考え方が中国の古い鬼追いの行事「追儺（ついな）」と合わさり、広まったとされています。

恵方巻を食べる理由

元々は大阪で始まり、商売繁盛や幸福招来を願う習慣だといわれています。「その年の恵方を向き、無言で食べる」「太巻きは切らずに“丸かぶり”しないとイケない」「具は七福神にちなんで7種類」など、各地域や家庭でもルールに差があるそう。今では全国的に楽しまれている行事食です。

建国記念日（2月11日）

「建国をしのび、国を愛する心を養う日」と定義される建国記念の日。日本国が誕生した日…ではなく、あくまで「建国を記念する日」とされています。

建国記念の日の由来

由来は『日本書紀』。日本の初代天皇とされる神武天皇が即位した日が2月11日だったと記されているそうです。元々は1873年に「紀元節」という名前で祝日となっていました。戦後に廃止。1966年に「建国記念の日」として再度祝日に制定されました。

神武天皇ってどんな人？

前述の通り、日本の初代天皇といわれていますが、実在したかは分かっていません。日本神話に登場する天照大御神（あまてらすおおみかみ）の子孫だという話もあります。全国各地に有力者がいて、全国統一がされていなかった当時の日本を、初めて統一・平定した人だといわれています。

バレンタインデー（2月14日）

日本では1970年代に女性が男性にチョコレートを贈る日として定着しました。実はこの習慣は日本独自のもので知っていましたか？

バレンタインデーの由来

そもそもなぜバレンタインデーは恋人たちの日になったのでしょうか。その疑問を解くカギは3世紀ごろのローマにいたバレンタイン司祭にあります。当時の皇帝は兵士たちの結婚を禁止。その理由は「愛する人を故郷に残した兵士がいると士気が下がってしまうから」というものでした。バレンタイン司祭はこの政策に反対し、密かに結婚をさせてあげていたのですが、皇帝に知られてしまった結果、2月14日に処刑されてしまいます。

死後、司祭は“聖バレンタイン”と呼ばれる聖人にキリスト教会から認定され、恋人たちがプレゼントを贈りあったり、告白したりする日になっていったといわれています。

節分やバレンタインデーは、定番だけどレクリエーションやコミュニケーションには欠かせないイベント。

歴史や雑学を知ること、会話を盛り上げたりするきっかけになればと思います。

【立春を迎えて】・・・小倉

立春を迎え、暦の上では大寒が明けて厳しい寒さも徐々に和らぎ、春の気配を感じられるとされていますが、まだ寒さ厳しい日が続いています。

冬になると気持ちが落ち込んでやる気が起きないという人がいますが、これは通常の時期では、食欲、睡眠、体重ともに減少する傾向があるに対し、冬季では、それぞれが増加するのが特徴とされています。

今でも目覚まし時計を使って起きたことはないのですが、正直、今年は、朝起きが弱くなりました。

冬こそ明るく過ごしたいものです。積極的に光を浴びる、規則正しい生活、栄養ある食事の摂取、寒さに負けないで身体を動かすことはよく言われますが、特に人との関わり方は大切に思えます。

尊敬スパイラルという言葉がありますが、人を悪く言うのは簡単です。

でも決して言っている方も聞いている側も気持ちが良いものではありません。

人は十人十色なのだから、人の良いところを見つけるようにすることは、そのまま自分の長所を見つけることにもつながるし、自分のためにもなると思えます。

年々、心穏やかに過ごしたいし、お互いに尊重し合えるような、優しい人間関係を構築していきたいです。

一年の計は立春にありとも言われています。学生でも数えて十五歳の立春に立志式を行います。

私自身もよい大人です。採長補短の心（人の優れている点を取り入れ、自分の短所を補うこと）をもって人に接していきたいです。

