



令和4年9月 第213号

カリタス便り



「敬老の日」に寄せて



介護医療院カリタス

敬老の日は、1966（昭和41年）に国民の祝日として、制定されました。

「多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」という大切な日です。今年、9月19日です。人生の先輩方に心からの感謝と、これからの人生もおだやかで幸せな日を過ごされることを祈念致します。

日本では古くからこれまでの長寿に敬意を表して、これからの健康と益々の長生きを祈って、それぞれの数え年で節目節目に長寿を祝います。



長寿のお祝いを紹介します。

年齢	名前	由来
70歳	古希 (こき)	中国・唐の詩人である杜甫の詩の一節「人生七十古来稀なり」。これは、70年生きる人は古くから稀であるという言葉。
77歳	喜寿 (きじゅ)	喜を草書体で、「喜」と書き、字を分解すると十七の上に七がついたような文字になることから77歳の長寿の祝いを喜寿と呼び始めたことに由来しています。
80歳	傘寿 (さんじゅ)	八十寿と言います。「傘」の略字が八と十を重ねた形(傘)となり、その形が八十と読めることに由来しています。
88歳	米寿 (べいじゅ)	88歳を漢字で書くと八十八とに米の字になることから、米寿になったと言われています。
90歳	卒寿 (そつじゅ)	「卒」の略字である九と十を重ねた形(卒)となり、その形が九十と読めることに由来しています。
99歳	白寿 (はくじゅ)	百から一を引くと「白」となることに由来しています。あと1歳で100歳というお祝いです。
100歳	上寿 (じょうじゅ)	数え年100歳以上の長寿のお祝いで毎年使える特別な名称です。100歳からは、毎年祝います。

令和4年4月より、スタートいたしました介護医療院でも、白寿のお祝いを迎えた方や、卒寿を超え、痛いところがあっても、日々の体操やリハビリに励む皆さまの笑顔に元気ももらい、沢山のことを学ばせていただいています。

新型コロナウイルス感染症の終息も見えない中、行動の自粛が精神面で、厳しい残暑が肉体面で大きな負担となっています。

また季節の変わり目となり、体調の変化が起こりやすい時期です。

水分補給をこまめに行い、適度なストレス解消をして、栄養と休息を十分にとり、小さな変化も見逃すことがないように、お気をつけてお過ごしください。

