



おにぎり通信

2012年6月23日（土曜） 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷周辺と銀座・日比谷公園、東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

本格的な梅雨の季節になりました。梅雨の雨の日には肌寒く感じるかと思えば、晴れのときは暑かったりと、気温や湿度が大きく変化します。そのため、気分が憂鬱になったり、だるさや疲れ、風邪をひきやすい、頭痛や食欲不振などの症状があらわれることがあります。

大変だとは思いますが、いつも以上に睡眠に心がけ、身体を冷やさないように注意したいものです。蒸し暑くて、汗をかいたあと、そのままにしていると、身体が冷えてきます。汗による冷えは見逃されがちですが、いちば冷えるのです！ また、冷たい飲みものを取りすぎると、免疫力が落ちてしまうようで、これまた注意が必要です。

☆ 6月11日 福祉行動報告

どなたもお見えになりませんでした。



次回の福祉行動：6月25日（月）。東京駅丸の内北口地下・喫煙所脇

の車輪のところに朝8時30分までに集合です。

病気やケガの治療を希望される方や、体を休めたい方と一緒に福祉事務所まで、ボランティアが同行いたします。福祉行動は原則として毎週月曜日に行います。

福祉行動は参加されるそれぞれの方が、ご自身の希望をご自身の言葉でハッ

キリと福祉事務所に伝えることにより成り立ちます。

もより ふくしじむしよ
最寄の福祉事務所

ちゅうおうくふくしじむしよ ちゅうおうくつきじ ちゅうおうくやくしよ かい
中央区福祉事務所・中央区築地 1-1-1 中央区役所 4階

ちよだくふくしじむしよ ちよだくくだんみなみ ちよだくやくしよ かい
千代田区福祉事務所・千代田区九段南 1-2-1 千代田区役所 3階

つ ゆ ころ くも ひ ふ みなみかぜ
梅雨の頃、どんよりと曇った日に吹く南風のことを黒南風（くろはえ）と
い いうそうです。みなみ ふ かぜ なつ かぜ い
南から吹く風、とくに夏の風を南風（はえ）と言い、これに
くろ 黒を付けたものです。つ ゆ あ ころ みなみ ふ かぜ
ちなみに梅雨明けの頃に南から吹く風は白南風（しろ
はえ）と言います。

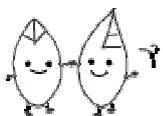
はいく かた きご かぜ よ な
俳句をたしなむ方は季語にもなっているさまざまな風の呼び名にもくわし
いのでしょうが、わたし のようなものには、「この風の名前、なんて読むの？」
ということがたびたびあります。たとえば、雪解風（ゆきげかぜ）、彼岸西
風（ひがんにし）、春疾風（はるはやて）、東風（こち）などがありますが、
なかでもいちばんなんどく 難読なのが、虎落笛（もがりぶえ）です。

ふゆ かぜ こだち ゆ は お おと さく たげがき あ
冬になると、風が木立を揺らし葉を落とす音や、柵や竹垣などに当たって
で かざおと ちゅうごく ことば とらよ たけ さく もがり
出る風音のことだそうです。中国の言葉で虎避けの竹の柵のことを「虎落」
というので、そこにあた かな おと い み ふゆ きご
に当たって奏でる音という意味の冬の季語です。

もがりぶえ (え) た つなみあと 虎落笛さへも絶えたり津波跡

さかいゆうすい かた く さくねん あさひはいだんしょう じゅしょう ひとり
酒井湧水さんという方の句で、昨年の朝日俳壇賞を受賞したお一人です。

がつ にち おおつなみ なが かぜ ふ あ
3月11日の大津波ですべてが流されてしまい、風は吹いても、それが当
た る こだち かぎね おと た かぜ ふ ぬ じょうけい
たる木立や垣根がないために音を立てることなく風が吹き抜けていく情景が
め う
目に浮かびます。



おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せずに、ゴミ
箱に入れるなどして片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりは
かならずその日のうちにお召し上がり下さい。一人でも多くの方に召
し上がっていただくため、おにぎりは一人一個でお願いいたします。

四ツ谷おにぎり仲間 連絡先：090-4959-0652 岩田