

彦根中央 リハビリぽすと

令和 3 年 9 月 号

〒522-0054 彦根市西今町 369-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

ホームページ <http://www.hikone-rehacl.com/>

☉☉☉ 受付から ☉☉☉



まだまだ暑い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

今回は「月見」について少し調べてみました。

秋の真ん中である中秋は、空が澄みわたり最も月が美しく見えるため、旧暦 8 月 15 日の十五夜を「中秋の名月」と呼びお月見をするようになったそうです。新暦の今も、旧暦 8 月 15 日の「十五夜」=「中秋の名月」にお月見をされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

お月見には実りに感謝をする意味があるため、芋類の収穫を祝う旧暦 8 月 15 日の「十五夜」(別名「芋名月」)のほかにも、栗や豆の収穫を祝う旧暦 9 月 13 日の「十三夜」(別名「栗名月」「豆名月」)、田の神様に感謝をする旧暦 10 月 10 日の「十(とお)日夜(かんや)」にもお月見をする習わしがあります。

昔は十五夜しかお月見をしないことを「片見月」といい、縁起が悪いとされました。また、「十五夜」「十三夜」「十日夜」の「三月(さんつき)見(み)」が晴れると良いことがあると言われています。

今年は十五夜=9月21日、十三夜=10月18日、十日夜=11月14日になるようです。せっかくなので、今年は三月見を楽しんでみてはいかがでしょうか。

健康コラム

！！乾燥に注意！！

これから秋深まってくると、気温の低下とともに湿度も低くなってきて、空気がとても乾燥してきます。

そのため、体の中で空気を取り込む役目を担う「肺」を中心とした鼻・口・喉などの、外気に接する肺系統が、この乾燥により潤いを失ってしまい、さらには冷気も重なって、風邪やアレルギー性の鼻炎、気管支炎、喘息といった病気にかかりやすくなります。また、乾燥をうけて潤いを損ない、カサカサの肌荒れ、皮膚炎、じんましん、掻痒症等の症状を起こしやすくなります。

冷えから体を守り、栄養バランスのとれた食事を心がけ、健康維持につとめていきたいですね。



診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	田中	新庄	田中	×	佐野	新庄
午後	新庄	新庄	×	×	休診	新庄

午前診察 9:00~12:00

午後診察 3:00~5:00

休診日: 水曜午後・木曜・日曜・祭日

ご連絡

滋賀県も感染者が増えてます。マスク着用、不要不急の外出控え、3密の回避、換気、手洗い等の対策をし、感染を防いで下さい。

