

筑波地域包括支援センター かわら版

令和5年11月1日 第67号

☎029-828-5806

11月に入り肌寒くなってきましたが、秋は1年の中では春と同じく気候も良く、過ごしやすいため、散歩や家庭菜園を楽しむのには良い季節です。これから寒い時期に入る前に、太陽の光をたくさん浴びて免疫力を蓄えておきましょう。

11月の月名は霜月(しもつき)です。

霜月



これも他の月名同様諸説あるのですが、「霜降り月」が転じて「霜月」となったという説がほぼ定説になっているそう。

旧暦の11月は新暦でいう11月末～1月上旬にあたるため、真冬という感じの時期。「霜が降りる月」といわれるのも納得です。

ちなみに、平安時代の歌人、藤原清輔(ふじわらのきよすけ)が『奥儀抄』の中で、「十一月(しもつき)、霜しきりに降るゆえに霜降月(しもふりつき)といふを誤れり」と記していることが根拠となり、この説が有力とされているそうです。

「終活と成年後見制度」講座

将来を安心して過ごすために備える「終活」を主題に葬儀・遺言・金融資産・成年後見制度(任意後見制度)について、各界で活躍する専門家が解説します。(要申し込み)

日時：令和5年11月13日(月)、14日(火)、15日(水)、17日(金)、20日(月)(毎回内容は異なります)

いずれも14時から16時

場所：荃崎交流センター 研修室(つくば市小荃318、駐車場あり)
動画配信希望の方はメール(tsukuba.koken@gmail.com)での申し込みになります。

申し込み・詳細は：つくば成年後見センター 029-879-5511

雑学 QUIZ

1.秋の夜の風物詩の一つといえば「スズムシの声」。
このスズムシの声を電話に通して聞くとどうなるでしょうか？

1. そのままスズムシの声として聞こえる
2. 犬が吠えているように聞こえる
3. 全く聞こえない

2.花だけでなく、キノコにも花言葉があることをご存知でしょうか？
では、秋の味覚の「松茸」の花言葉は次のうちどれでしょうか？

1. 贅沢
2. 高価な
3. 控えめ

介護予防教室を開催しました。



**10/11 介護予防教室を開催し、ウエルシア薬局北条店の
薬剤師さんからお薬のお話を聴きました。**

**その後、家でできる運動とストレッチ体操を行い、
皆さん軽く汗を流していました。参加の皆様
お疲れさまでした、来年また元気にお会いしましょう。**



1-答え 3 スズムシの鳴き声の周波数は、約4500Hzです。これに
対して、電話の周波数帯域は300Hz～3400Hzのため、電話を通
してスズムシの鳴き声は伝わりません。
2-答え 3 「ツツク」が高級品で、しばしば贈答用にされる事が
由来です。「心ばかりのものですか」など、何かしら控えめな
言葉がつかうものです。