



日本の美しい言葉 **碧 落 一 洗** (へきらくいっせん)

雨が上がったあと、青空が洗われたように澄み切っている様子。

皆さまこんにちは。介護用品販売・レンタルきずなの田中です。

いつも ご利用いただきありがとうございます。

子供たちは夏休みに入り、お祭りや お盆の帰省など、家族で楽しく過ごす機会が増えると思いますが、全国各地では 災害や事故が続いております。

家族が揃うこの機会に、あらためて自分たちで出来る 防災対策やルールを、しっかり話し合ってみてください。

昭和と違い「ねぶた終れば冬～」なんて言えない猛暑が続くと思いますが、しっかり食べて 水分も摂って、明るく元気に乗り切りましょう！



たなか



『 今からでも間に合う防災対策 』



全国各地で大きな災害が発生しています。災害に備えて自分でできる対策は、水や食料の備蓄、家具の固定、そしてハザードマップの確認です。日頃からしっかりと準備を進めましょう。

◎家の中の安全対策



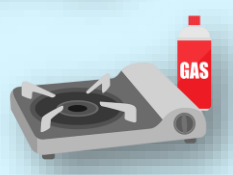
- ・玄関や廊下、部屋の出口付近には、倒れやすい物や大きな物を置かないようにして、避難経路をしっかりと確保をしておく。
- ・家具が倒れないように、金具や突っ張り棒などで 壁にしっかり固定しておく。
- ・子ども部屋や寝室には、大きな家具は なるべく置かないようにする。
- ・窓ガラスには飛散防止フィルムを貼り、寝室には靴やスリッパ、ホイスルを置いておく。
- ・重いものは下、軽いものは上に収納し、上から物が落ちてこないようにする。



◎水や食料の備蓄



- ・飲料水は1人あたり 1日3リットルを目安に、最低3日分（できれば1週間分）を用意しておく。
- ・非常食（乾パン、アルファ米や缶詰など）、カセットコンロ、携帯トイレを備えておく。
- ・飲み水とは別に、食器洗浄や トイレを流したりする生活用水も必要。日頃から水道水を入れた ポリタンクを用意するなどの備えをしておく。



介護用品販売・レンタル

きずな



お困りごとはありませんか？ お気軽にご相談ください。

株式会社ライフサポート

〒036-8091 青森県弘前市高崎2丁目7-7

TEL.0172-29-3730

FAX.0172-28-7874

- ・使った分だけ 新しく買い足す事（ローリングストック）を習慣にする。
- ・懐中電灯、携帯トイレ、救急用品、貴重品、衣類などを 非常用リュックに
まとめ、すぐに持ち出せる場所に置きます。
- ・水や食料の賞味期限、電池や常備薬の使用期限を 年に1回（防災の日など）確認します。



◎避難場所と情報の確認



- ・住んでいる地域のハザードマップを見て、危険な場所や避難経路を確認する。
- ・家族がそれぞれ別の場所にいる時の連絡方法や 集合場所をあらかじめ決めておく。
- ・災害用伝言ダイヤル（171）の使い方を確かめておく。



災害から命を守るためには、皆さまの災害に対する心構えや知識と備えが**重要なカギ**となります。



今月のお話 『 盂蘭盆経 』



「盂蘭盆経（うらぼんえ）」とは「お盆」の起源となったお経です。
サンスクリット語の「ウラバンナ（逆さ吊り）」を漢字で音写したもので、
「逆さ釣りされるような苦しみにあっている人を救う法要」という意味です。



お釈迦様の弟子である 目連（もくれん）尊者は、あるとき神通力を使って 亡き母があの世界でどうしているかを見たところ、
なんと餓鬼道（がきどう）に堕ちて 逆さ釣りにされて苦しんでいるのを見つけてしまいました！

餓鬼道とは 飢えと渇きに苦しむ亡者の世界。母は生前に息子を溺愛しすぎて 他者を顧みなかったため、地獄の餓鬼道に落ちたのだそうです。（息子にはばかり美味しい物を食べさせて、他の人には草でも食べさせていたのでしょうか？）

目連は母の飢えを少しでも癒そうと 水や食べ物を口に運びますが、直前で燃え尽きて灰になってしまいます。

これを見てあせった目連は お釈迦様に相談しました。するとお釈迦様は、
「安居（雨期に行われる僧の修行）が終わった日に、修行した僧のみなさんにご馳走を
振る舞いなさい。そうすれば餓鬼道の亡者にも 一部が届きますよ。」と言いました。



かくして目連は 夏の修行が終わった旧暦の 7月15日、修行中に物を食べられなかった僧のみなさんに ご馳走や寝床を振る舞い、僧たちは大いに喜びました。するとその功德によって 目連の母は餓鬼道から救われたんだそうです。

一般的なお盆の期間は 8月13日～16日までですが、関東の一部地域では旧暦の 7月15日を新暦に置き換え、7月13日～16日にお盆を行うことがあります。沖縄や奄美群島などでは 旧暦に基づいて、毎年日付が変動する形でお盆を行います。東京多摩地区では 7月31日～8月2日、沖縄県では 8月中旬～9月上旬に行う場合もあります。

お盆には地獄の釜のフタが開くと言いますが、地域によって お盆期間が違うってことは、
いったい 何回フタを開けなきゃいけないんでしょうか ……。

