

# 天寿荘ヘルパー便り



2021年4月・5月発行 288号  
文責 天寿会 訪問介護課  
武富里美 <74-3101>

## 『春の豆知識と脳トレについて』

春といえば、色々な「祝日」がありますがどのような祝日があるかご存知ですか？

### 昭和の日/4月29日

憲法によって「激動の日々を経て、復興を遂げた時代をかえりみ、国の将来に思いをいたす」日として定められている国民の休日です。

由来としては昭和天皇の誕生日であったことから「天皇誕生日→昭和の日」になり亡くなられた後は「みどりの日」となり5月4日に移動しています。

この起源は755年、光仁天皇の誕生日を祝ったことがはじまりとされ「天長節（てんちょうせつ）」とも呼ばれています。



### 憲法記念日/5月3日

憲法記念日は現行の日本国憲法が施行された日です。

徐々に温かい日を迎える季節となりました。いかがお過ごしでしょうか 新型コロナウイルスが話題となっていますが、皆様お体をご自愛ください。  
春はなんだか心もウキウキする季節です。今回は春にちなんだ豆知識と脳トレをテーマにしています。会話を弾ませたりして春を楽しくお楽しみ下さい。

### みどりの日/5月4日

みどりの日の趣旨は「自然にしたしむとともに豊かな心をはぐくむ」とされています。

### こどもの日/5月5日

もともと5月5日は「端午の節句」で、男の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いをする日でした。

1948年に5月5日を「こどもの人格を重んじこどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」お休みの日と決められてから端午の日がこどもの日になったそうです。

### ★脳トレについて

脳トレ(脳トレーニング)を行こなうことで、認知症の予防に繋がるとされています。



### ☆財布の中にいくら入っているでしょう？

①



円

②



円

答え①1242円 ②738円

