

12月 さくらら診報

寒さが厳しい季節になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、今年はこちらで『平成最後の』という言葉をよく見聞きすることが多かったですね。それは、来年の四月三〇日をもって天皇陛下が生前退位を行って平成が終わり、新しい元号に改元するからです。

元号というのは、日本を含めたアジア東部の国々で採用された年を数えたり記録したりする方法です。日本では江戸時代までは年号とも言われていました。

特定の年代につけられる称号で、国王や皇帝といった君主が即位した時に定められます。元号は何か自然災害や国の重大事が発生した時に元号を改めて、一からまた数え直すことが行われていました。これを改元といいます。また、元号は単なる数字ではなく、君主は時間や空間を支配する事が出来るという強い権力の象徴でもありました。

日本で初めて元号が使用されたのは、六四五年に大化の改新が行われた際に元号を大化と定めた時であるとされています。

しかし、この頃は元号を使用するのは身分の高い人々だけであり、一般の人々にはなかなか普及しませんでした。一般の人々は十二支と十干を組み合わせた六〇年周期の暦で生活していた為、普及しなかったのです。

ようやく元号が人々の生活に普及するようになったのは、江戸時代に入ってからでした。

明治に改元した時、新政府は一世一元という今でも続いている制度を定め、人々は更に西洋から入った西暦と日本の元号をあわせて現在に至るまで使うようになったのです。

それでもあわせて使う方法が完全に今のように生活に定着するようになるのには、二〇世紀初頭までかかったそうです。

この一世一元という制度は、天皇が在位中は改元を行わないというものです。

終戦後、元号は新憲法の制定による皇室典範の改正で法律上の根拠を失った為、一時期存続の危機にありました。しかし、昭和天皇が高齢であったことと、元号の存続を支持する当時の国民の声に後押しされて制定された元号法によって危機はまぬがれることができました。ここでも再び一世一元の制度が取り入れられ、現在に至っています。

ちなみに期間の一番長い元号は昭和で、これは外国の元号も含めた期間の中で歴史上最も長く続いた元号となっています。

様々なことがあった平成という時代は、皆様にとってどんな時代だったのでしょうか？

今回は元号についてのお話でした。それでは皆様よいお年を。

【手工芸のススメ】

リハビリテーションと聞くと、どんなイメージを思い浮かべますか？きっと身体を動かすことが真っ先に出てくる人が多いのではないのでしょうか。それだけではないのです。実は手工芸などもリハビリテーションの一つとして活用されているんですよ。

ミレニアム桜台のリハビリテーションでは、手工芸も多く取り入れています。季節の作品、カレンダー、実用性のあるもの、リハビリ室の壁に飾る作品、様々なものを作っています。

得意不得意はあるかもしれませんが、指先を動かすことや物に触れるという事は脳への良い刺激になります。集中するために気持ちを落ち着かせたり、ストレス発散や気分転換を図る効果もあるそうなので、私からもオススメしたい取り組みの一つです。

「編み物が好きだった」「何かを作ることが好きだ」「暇つぶしがしたい」etc…、どんな理由でも構いません。もうすぐ年明け、心機一転も兼ねてものづくりにもチャレンジしてみませんか？

ミレニアム桜台 藤本 結花



阿部クリニック平成 30 年 12 月外来予定表

日	曜日	午前		午後		日	曜日	午前		午後	
1	土	飯島	須藤			16	日				
2	日					17	月	中村		中村	
3	月	中村		中村		18	火	小島	高橋	中村	
4	火	小島	高橋	中村		19	水	中村		中村	
5	水	中村		中村		20	木	神崎/北田	望月	飯島	
6	木	神崎/北田	望月	飯島		21	金	中村		中村	
7	金	中村		中村		22	土	中村	石神		
8	土	中村	石神			23	日				
9	日					24	月				
10	月	中村		中村		25	火	小島	高橋	中村	高橋
11	火	小島		中村		26	水	中村		中村	
12	水	中村		中村		27	木	神崎/北田	望月	飯島	
13	木	神崎/北田	望月	飯島		28	金	中村		中村	
14	金	中村		中村		29	土				
15	土	飯島	石神			30	日				
						31	月				

*整形外科 未定 分かり次第クリニックに表示します

*漢方外来 (火) 午前又は午後

*皮膚科 (木) 午前

*胃内視鏡検査・超音波検査 (土) 午前

担当医は、学会等の都合により、代診・休診の場合がございます

発行：医療法人財団 秀行会

練馬区桜台 2-1-13

広報委員会