

ナイスケアだより

第148号
令和6年9月発行

残暑が厳しい9月15日に東大和所長 比留間氏、友人と高尾山に行ってきました。三連休の日曜日で混むことが予想されましたが、厳しい暑さもありそれほど混雑なく登山を楽しむことができました。



京王線高尾山口駅に集合し登山コースを選定します。高尾山は山頂までのコースがいくつかあり1～6号、稲荷山コースなどがあります。今回は登りを自然豊かな6号コースで、下りを高尾山の1号の基本コースで行くことにしました。6号コースは森林の中で路面は土、横を山上からの湧水が流れています。ゆっくり歩きながら森林浴ができ新鮮な空気で気持ちが癒されます。歩く時間も丁度よく休憩を取りながら100分くらいで山頂まで到着します。山頂から眺める景色は街並みを見渡せ富士山も横に顔を出し絶景でした。



下りは薬王院、大天狗像、四天王門、毘沙門天などを見て歴史を楽しめます。下山途中に高尾山ビアマウントにより美味しいビールと八王子ラーメンを食べ登山を堪能しました。新宿に戻ってくると駅の混雑と大都会の人混みに現実に戻された感じでした。10月頃から幾分涼しくなるようなので気候の良い日を選んで自然にふれあう機会を持つてみるのも良いと思います。



有限会社ナイスケア 代表取締役 塩川 隆史

～お月見～

一年中見ることができるお月様ですが、お月見は特に十五夜の夜に行われます。お月見の文化は平安時代に中国から伝わったとされており、貴族の間で広まりました。江戸時代になると庶民にも広まり、農作物の収穫を祝う風習と結びつき、貴族の遊びから豊かな実りに感謝する行事へと発展したそうです。お米の収穫時期に重なっていたため、お米の粉で月に見立てて作った団子を供え、お米が無事に収穫できたことに感謝し、来年の豊作を祈願する意味があります。

2024年、今年の十五夜は、9月17日火曜日です。十五夜＝満月と思われがちですが、必ずしも満月ではないこともあります。今年の十五夜は翌日の18日水曜日が満月だそうです。一年で一番美しい月が観られる日でもあるので、平日の夜ですが、月を眺めてみてはいかがでしょうか。

木島 英子