2026 11 NO 131

けんあい通信

－七五三－

七五三に学ぶ、心を満たす「感謝」の習慣



色づく木々の葉に秋の深まりを感じる11月。神社で可愛らしい晴れ着姿の子どもたちを見かけると、こちらも自然と温かい気持ちになりますね。
11月の行事といえば「七五三」です。
医療が発達していなかった昔は、「7歳までは神のうち」と言われるほど、子どもが無事に成長することは当たり前ではありませんでした。そのため、3歳、5歳、7歳という節目に「無事に育ってくれてありがとう」と感謝し、健やかな成長を祈ったことが由来とされています。

実は、この「無事に今日を迎えていることへの感謝」は、私たち大人の心の安定にとっても非常に大切な考え方です。
日々忙しく過ごしていると、つい「あれができなかった」「足りない」と、自分に厳しくなりがちです。不足にばかり目を向けると、心身が緊張しやすくなってしまいます。
私の近所の神社には、「吾唯足知（われただたるをしる）」と刻まれた蹲踞（つくばい：手水鉢）があります。



参拝のたびにこれを目にするのですが、そのたびに「今の自分は、すでに十分に満たされているのだ」とハッとさせられ、心がフッと軽くなるのを実感しています。
七五三に込められた想いも、まさにこの「足るを知る」という考え方に通じるものがあります。
夜眠る前に、「今日も無事に過ごせたね」「健康に動いてくれた体、ありがとう」と、今あるものに目を向けて、自分を優しく労ってあげてください。
現状を肯定し、小さな感謝を持つ習慣は、心の緊張を和らげ、穏やかな気持ちで過ごす助けになります。
温かいお茶でも飲みながら、ご自身の「今ここにある健康」をゆっくりお祝いしてくださいね。
朝夕冷え込む季節、どうぞお体を大切にお過ごしください。

しあわせです💗感謝 名古屋市　K.H (60代)





患者様にお願い

処方箋のお渡し時、お薬手帳・自立支援用紙・検査結果・糖尿病ノートをお持ちの方は、一緒にだしていただけると助かります。ご協力お願いします。知多半島りんくう病院や知多半島総合医療センターなど他病院のお薬も調剤いたします。

マイナ保険証か資格確認書による確認になります

-- クレジットカード・PayPay 対応 --
VISA JCB PayPay

ジェネリック医薬品の流通状況が厳しいため、一部のメーカーを変更させていただいております。何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。

健愛薬局 半田店
ホームページはこちら

健愛薬局 半田店
半田市雁宿町１丁目48−2 雁宿中埜ビル 1階
☎0569-84-3946(平日･休日･夜間の連絡先)･ FAX 0569-84-3956

健愛薬局は障がい者支援団体と提携しております
グリームスタジオのピア活動

グリームスタジオのピア活動
ホームページはこちら