

ほまれ通信 12月号

拝 啓

本年も残りわずかとなりました。

コロナ禍も下火となってきたところ、また新たな変異種オミクロン株が発生して国として海外からの渡航者の入国禁止といった強い措置がとられる事態になりました。

さて、ほまれの家横浜では年末調整や確定申告などの税理士事務所様の繁忙期のご対応をさせて頂きたく万全の態勢でスタッフ一同訓練を重ねておりますので是非ともご検討、ご用命をお待ち申し上げます。

明年が、皆さまにとって素晴らしい一年になりますように。

令和三年 師走の候
ほまれの家 横浜

近道に 氷を渡る 師走哉 正岡子規

日本聖地巡礼の旅

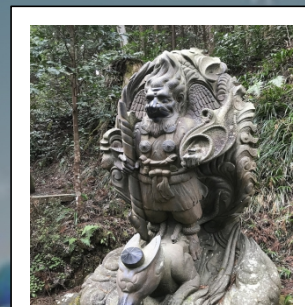
★大雄山最乗寺★

今回は、神奈川県南足柄市に伽藍を構える大雄山最乗寺をご案内致します。

小田原駅から、伊豆箱根鉄道大雄山線に乗りして終点大雄山駅で伊豆箱根バスで終着道了尊下車徒歩10分で最乗寺の境内に至ります。大雄山最乗寺は別名道了尊と呼ばれていて今から600年以上前了安慧明という禅僧の袈裟を一羽の大鷲が掴んでそのまま足柄山まで飛んでいき、大きな松の枝に袈裟を引っ掛けて飛び立っていきました。高い位置にある袈裟は、了安慧明は坐禅をしたところ肩に落ちてきました。これを何かの前兆であると感じた了安慧明禅師は、ここに寺を建立することを決意しました。了安慧明禅師が寺を建立するという話を聞いた弟子で修験道の行者であった妙覚道了は、空を飛んでやってきて神通力を使い、了安慧明禅師が寺を建立する手伝いをしました。妙覚道了はひとりで500人分の力を発揮したと言われており、妙覚道了の助力で寺は1年あまりで完成したと言われています。これでできたのが大雄山最乗寺です。

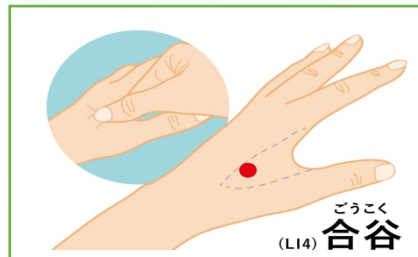
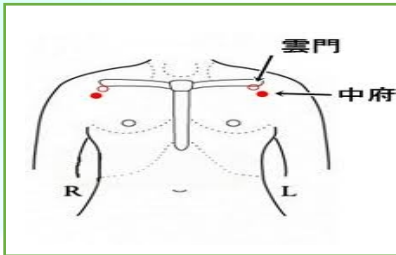
了安慧明禅師の死後、妙覚道了は大雄山最乗寺を守るために天狗となり山中へ飛び去ったと言われています。現在、大雄山最乗寺の境内には天狗の像がいくつもあり参拝者を見守っています。また、天狗と関連性のある高下駄も数多く奉納されていました。現在高下駄の奉納は行っていないが、境内には世界一といわれる大きな高下駄や奉納された高下駄があり、その姿を見ることができます。

所在地 神奈川県南足柄市大雄町1157



これから寒さが厳しくなり、たとえ風邪を引いても免疫力がしっかり働いていれば問題なく風邪は治っていきます。そこで免疫力があがり風邪のひきはじめに効果があるツボをご紹介します。

- ①中府 中府は、肺に存在する募穴という重要なツボになっており、呼吸器疾患の特効穴の一つです。風邪や喘息、花粉症などに用いられます。肩が前に出て、背中が丸く見える姿勢にも効果があります。胸の筋肉の緊張が緩んで、胸が拡がり姿勢が良くなります。取り方は、鎖骨外方と上腕の付け根の間にできる、くぼんでいるところです。

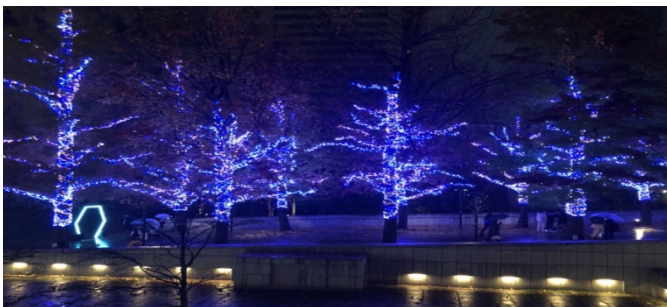


- ②合谷 合谷は、風邪のひきはじめ、頭痛、鼻血、鼻水、歯痛、視力低下など幅広い症状への効果が期待できます。また、ほかにも肩コリ、ストレスなど万能のツボです。取り方は、親指と人さし指の骨がまじわったところから、やや人さし指よりのへこみが合谷です。

PHOTO 12月の風景



横浜美術館前のイルミネーション



日本大通り 三井物産ビル



横浜ランドマークタワー

就労継続支援 A 型事業所
ほまれの家
横浜

〒231-0058

横浜市中区弥生町 1-2 サンクレスト伊勢佐木 4F

TEL : 045-315-5860

FAX: 045-315-5870

E-mail : info_yokohama@homarenoie-group.com

URL : <https://qualityhomare.com/>

