



# マイत्रीヘルプサービス ほっとライン

vol. 70  
2026年2月号



## 2月如月（きさらぎ）

2月4日は二十四節気の「立春」を迎え、暦の上では春が始まります。まだまだ寒い日は続きますが、「三寒四温」という言葉があるように、厳しい寒さの合間に訪れるあたたかな日差しを浴びて、春の訪れを心待ちにします。こんな季節の移ろいを感じられる2月に孝道山では1か月間寒詣り（寒修行）を行うのが恒例です。来山者はご自分で決めた期間にお詣りし、読経、座禅、体験談・法話を聞くことで、心身を鍛えて、新しい自分を発見するひと時を持ちます。どなたでも参加できますので、お友達や職場の仲間などにもおすすめできます。また立春の前日2月3日、孝道山本堂では「節分会」が行われます。今年の干支午年生まれの年男、年女が豆まきをし、邪気（鬼）を追い払い、無病息災、健康安穩をお祈りします。

マイत्रीヘルプサービスは皆さまとのつながりを大切にし、健康・福祉の情報とサービスを提供致します。💖皆さまとお会いできることを心から願っています💖

## マイत्रीヘルプサービスについてご紹介します



孝道山が開かれて50年目に「マイत्री運動」がはじまりました。マイत्रीとは慈しみ・友情・思いやりを意味します。この思いやりの心を根本に介護助け合いの活動として、1998年(平成10年)10月1日にマイत्रीヘルプサービスが発足しました。今年28年を迎えます。

「お互いを尊び、助け合い、人々が安心して幸せに暮らしていける社会づくり」を理念としています。訪問介護からはじまり、現在7つの「健康・福祉」活動を行っています。「生活サポート」「介護・よろず相談」「ほっとサロン」「つながりもっと」「知って安心セミナー」「地域福祉連携事業」「神奈川区社協助成金事業」の7つの取り組みです。2010年(平成22年)には、横浜市神奈川区社会福祉協議会の地域福祉関係団体部会に承認され、地域福祉の仲間入りをしました。

ご来山の皆さまが健康で安心な生活を過ごしていただけるように、お役に立つ活動をスタッフ一同頑張っていきたいと思っております。ご利用をお待ちしております。



## 作品展



押し花 越田ユミ子さん



絵手紙 片岡佳恵さん



粘土フラワー小物入れ  
松本正さん

