

暮らしに役立つ情報がいっぱい！

やすらぎ倶楽部

2022年 21号



発行：株式会社 花きゅう

住所：〒014-0354 仙北市角館町水ノ目沢43-13

電話：0187-55-2235 0187-47-3290

フリーダイヤル：0120-088790

URL： [http:// www.sougi879.jp/](http://www.sougi879.jp/)

花きゅう

検索

「節句を祝う」

節句は中国由来の行事ですが、現在行われているのは、江戸時代中頃に制度化された5つの節句(五節句)です。それぞれ季節の節目となる日に、祝いごととして行事を行う風習が今も続いています。

■節句の由来

中国の暦上の風習である節句の行事が日本に伝わったのは奈良時代のことです。しかし、日本にはもともと五穀豊穡を祈り、季節に見合った供物を神に捧げ、それをみなで食べて絆を深める風習がありました。そのことと関連して、節句は「節供」とも書きます。

現在では神事としての意味合いは薄れてしまいましたが、江戸時代に設けられた「五節句」の制度は、季節の行事として今も各家庭で広く受け継がれ、春の行事としては、桃の節句と端午の節句があります。

■桃の節句

女兒のお祝いで、雛祭りとしておなじみの“桃の節句”は、上巳の節句ともいいます。「上巳」というのは、3月第1の巳の日のことで、平安時代には、貴族が紙で作ったひと形で体をなでて、それを川に流して身を清める風習がありました。その風習が、江戸時代に定められた五節句と相まって、女の子の祝いとして大衆に定着したのです。

子どもが生まれて初めて迎える節句を初節句といいます。そのと

きに飾るいわゆる“お雛さま”については、女の子の場合、かつては男女一対の内裏雛は妻の実家が贈り、その他の人形や鏡台、箆などの調度品は親せきや親しい知人が用意することが多かったようです。また、初節句に招かれたときの手土産には、一般に桃の花が用いられました。

お祝いのごちそうは赤飯や五目寿司などですが、欠かせないのが白酒です。白酒は、古くは桃の花を浮かべたことから桃花酒と呼ばれ、これを飲むと邪気が遠ざけられ健康に過ごせるとされました。

■端午の節句

菖蒲の節句とも呼ばれる5月5日の“端午の節句”も五節句の一つで、武者人形などを飾って祝う男児の節句です。

清少納言も「節句は五月の節句が最高。菖蒲や蓬などの香りが漂い、宮中の御殿や庶民の住まいにまで、屋根に菖蒲を葺こうとして、とても新鮮だ」（「枕草子」第39段冒頭）とその様子を書いているように、端午の節句は平安時代から貴族、庶民の区別なく邪気払い、疫病除けとして行われていたようです。

江戸時代になると、宮中での祝いは簡略化され、武士や庶民の間で男児を祝う行事として盛んになり、騎射や走り馬などの勇壮な行事が伴うようになりました。

端午の節句が男児の節句として定着したのは、一つに菖蒲が「尚武（武を尚ぶ）」に通じることから男の子の祝いとして広まり、この日には粽や柏餅を食べるようになりました。



知って得するオシャレ塾 DIY



既製品を買うのもいいけれど、それより自分で作ったほうが愛着がわき、何より安く済む、それがDIYの魅力です。

「Do It Yourself」の略称DIYは「自分でする」、つまり本棚や踏み台など、簡単な家具を自分で作ることで

す。たしかに売られている商品はデザイン性に富んで見栄えもよく、クオリティも高いのですが、自分で作る最大の魅力は、人件費がかからない分、コストパフォーマンスが優れている点です。

もちろんそれだけではありません。ほしいものを、ほしいところに、ぴったり合うサイズに作ることができ、すべて自分好みにすることができるところです。

また、DIYのもうひとつの魅力は、家族や友人などを巻き込んで楽しめることもあります。

さあ、あなたも始めてみてはいかがでしょうかでしょう。

●あると便利な道具

簡単DIYを楽しむためには、それなりの道具があれば便利です。たとえば、木材の単純なカットならのこぎりで十分ですが、“電動ジグソー”があれば曲線のカットも簡単にできます。そして、なによりあれば便利なのが、穴あけとネジ締めが楽にできる“ドリルドライバー”です。

くらしの知恵 楽しい収納術



「収納」といえば“隠す収納”だけをイメージしていませんか。“見せる”こと“飾る”ことで、仕舞わなくてもいい収納もあります。

女性誌の特集として組まれることが多い“収納”。それだけ収納に悩んでいる人が多いということでしょう。

物が片付いて居心地のよい空間は、どうすれば生まれるのか。快適な部屋づくりに欠かせないのは、ちょっとした日々の習慣。そのコツは、「いるもの」と「いらぬもの」を時々選別し、自分の生活を見直すことです。

もちろん気をつけていても増えてしまうのが“物”。ならば、それらが部屋にしっかりと馴染む片付け方をすれ

ば、部屋のイメージも変わるはず

です。例えば壁の利用です。思い出の写真や好きなインテリア雑貨は仕舞いこまずに壁に飾れば、限られたスペースの有効活用になります。また、長押しフックを掛けて複数のおしゃれなバッグを吊るし、それを小物入れなどに活用してみてもいいでしょう。

物は仕舞いこんでしまうと使わなくなるものです。必要なものは見えるところに、そして飾るようにすることで、空間が大きく変わります。

ちょっと気になる話題 「カーボンニュートラル」

カーボンニュートラルとは、「温室効果ガスの排出を全体としてゼロにする」という目標のもと、温暖化を助長する温室効果ガスの排出量を、森林による二酸化炭素の吸収量などと相殺させ、実質的に温室効果ガスをゼロにする考え方です。

日本では、2020年12月に経済産業省が関係省庁と連携し、「2050年カーボンニュートラルに伴うグリーン成長戦略」を策定し、温暖化への対応を、制約やコスト増と考えるのではなく“成長の機会”としてとらえ、官民それぞれが目標を定めて経済と環境の好循環につなげようとするものです。



旬を食べて元気な フキ



独特の香りのあるフキは、数少ない日本原産の野菜です。地下茎で広がり、早春、地中で伸びた茎から地上に姿を現すのが花の芽のフキノトウ（踏の臺）で、つぼみの状態で採取します。

摘み取ったフキノトウは天ぷらや軽く湯通ししてみそ汁の具などに用いられ、苦味と特有な香りは春を告げる山菜として昔から好まれてきました。

ふだん食するフキは、地下茎から出てきた葉の柄の部分にあたり、近年は栽培されたものがほとんどです。

フキノトウの苦みには、食欲を促進させ、消化を促す働きがあり、苦さの成分であるアルカロイドの一種には、がんを予防する効果があるといわれています。

幸せハートの上級レッスン ペットとの暮らし



コロナ禍で人との交流がままならないなか、ペットを飼いたいという人も増えているようです。

「ペットと暮らしている人は健康」という話を聞いたことはありませんか？
実際にCDC（米国疾病管理予防センター）の調査によると、ペットの飼い主は、運動やコミュニケーションの機会が増えることで、心や体の健康を向上させているという結果が得られたといえます。

現在でも、動物と触れ合うことで心身の健康向上を図る「アニマルセラピー」という療法がありますが、古代ローマ時代にも負傷兵を癒すのに馬が使われていたといい、人間は動物と触れることで心が穏やかになり、ストレスが軽減されるようです。つまり、ペッ

トを飼うことは、アニマルセラピーと同じような効果が期待できるということかもしれません。

その理由は、ペットは「話し相手」になってくれると同時に、人間の心に「寄り添ってくれる」存在だからです。ペットがそばにいてくれるだけで、喜怒哀楽を共感してくれる存在になりうるのです。

ペットとの暮らしは、日常的にスキンシップが行われることで心身の健康も向上し、同時に、生きもの全体に対する思いも深まるのではないのでしょうか。

なるほど仏事の豆知識

「お仏壇と日々のおつとめ」

お仏壇に向かって毎日おまいりすることは、先祖を供養するだけでなく、自分や家族の安寧を祈り、まわりの人に感謝する行為でもあります。

《お仏壇の意味》

仏壇は、インドや中国で仏教が盛んだった頃、土や石でつくった壇の上に仏像を安置したものを、文字通り「仏壇」とよんでいたようです。しかし、飛鳥時代に仏教が日本に伝わると、厨子という仏像を安置する箱や仏教が誕生したインドの須弥山をイメージした須弥壇などがつくられるようになり、それが仏壇として使われて、貴族や上流階級に広まりました。



時代が下るにしたがって仏壇の意味するところも少しずつ変化していきます。上流階級だけでなく庶民の家にも置かれるようになり、現代では、お仏壇はご本尊をまつる家庭の中のお寺として、また、ご先祖さまを供養する場所となっています。

《大切なのは手を合わせること》

年忌法要などの法事のときに、気持ちを新たにしてお仏壇を清め、花や供物を飾り、香をたいて拝むことはとても大切なことです。しかしお仏壇は、仏さまやご先祖さまをおまつりしているものなので、おつとめは毎日の習慣にしたいものです。

もちろん、あれもこれもちゃんとしようと考え過ぎると、かえって気疲れして続かなくなるものです。あくまでも自分のできる範囲で、朝でも夜でも、仏さまやご先祖さまにご挨拶をするつもりで、心をこめて行うことが大事です。

そうして一日一日と重ねていくうちに、良き習慣となり、日々の暮らしにとけ込んだ「おつとめ」ができるようになるのではないのでしょうか。

おつとめで大切なのは、手を合わせる気持ちです。僧侶がお寺でお経を上げるおつとめも、私たちが家のお仏壇に手を合わせるのも、同じおつとめです。つまりおつとめは、自分自身の修行でもありますから、まずは毎日お仏壇に向かって、手を合わせることから始めてみてはいかがでしょうか。

引退後に乗馬用となれない馬の人生

令和3年9月頃の晴天の中南部富士岩手山の麓「ジオファーム八幡平」を訪ねて見た。

ジオファームでは、引退した競走馬を支援する為、知人から牧場経営を任される事になって北海道から家族を連れて八幡平に移住してきました。

元々馬の育成に携わった経験から引退の馬は多くの場合、乗馬用に転用されて

気性が
して
向き
ほと
が食肉
理され
そこで
つくり過
思い第二



ケガをしたり、
荒かったり
乗馬に不
となれば
んどの馬
などへ処
てしまう。
余生をゆ
ごさせたいと
の人生の馬を

飼育して地熱を使った堆肥で発酵させる施設を作り、その堆肥を利用しながら菌床で栽培したマッシュルームを育て県内外に出荷しておりました。

自宅葬のあったか庵は・・・

ご遺体の安置、通夜、葬儀、会食のすべてを執り行うことができます