

暮らしに役立つ情報がいっぱい！

# やすらぎ倶楽部

2022年 22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/

花きゅう 検査

## 「菊まつり & 菊花展」

菊の紋章は旅券(パスポート)の表紙にもデザインされ、菊は、日本を代表する園芸植物として海外でもよく知られています。この時期、全国各地で観賞用の菊を楽しむ祭りや菊花展が催されます。

### “菊”好きの日本人

菊は、日本原産だと思っている方も多いかもしれませんが、原産地は中国で、3000年以上前から健康長寿に効果があると考えられ、薬としても用いられていました。

日本に伝わったのは平安時代といわれ、この頃から、薬用以外にも観賞用として貴族の間で広まり、人気の花となっていくます。

鎌倉、室町と時代が下るとともに、菊の人気は貴族から武士へ、武士から庶民へと広まり、江戸時代には、園芸ブームとあいまって菊の品種改良も一気に進んだといわれます。

### “古典菊”の誕生

江戸時代にとりわけ菊への注目が集まったのは、この時期に幕府が五節句を正式に制定し、菊が開花を迎える9月9日が「重陽の節句」と重なったからでした。そしてこの日に、花壇に菊を寄せ植えする「花壇菊」や、菊を集めて富士山に見立てる「形づくり」などの催しが行われるようになり、菊づくりを楽しむ庶民も増えていきます。そこで誕生したのが、現代に伝わる「古典菊」です。

古典菊とは、各地域で品種改良されて生まれた菊に、その地域の名前をつけたものをいいます。例えば、

江戸生まれの菊は「江戸菊」、長野と岐阜にまたがる地域で生まれた菊は「美濃菊」、伊勢地方で生まれたものは「伊勢菊」などと名づけられました。

### 菊まつり & 菊花展

平安時代、貴族の宴で菊の花を愛でながら歌を詠むことを「菊合わせ」といいました。平城天皇の頃には、重陽の節句当日に菊花宴を開くことが恒例となり、それが次第に、育てた菊の美しさを競う品評会のような催しになっていったといわれます。

現在、秋の風物詩として催されている菊花展は、このような歴史を経て続けられているものです。

主な菊まつり・菊花展(場所と日時は2021年のデータです。最新の開催情報はHPでご確認ください)

菊まつり・菊花展	開催場所	日時
さっぽろ菊まつり	札幌駅前通地下広場	11月3日～5日
弘前城菊と紅葉まつり	弘前城植物園	11月1日～8日
横手菊まつり	秋田ふるさと村	10月30日～11月8日
笠間の菊まつり	笠間稲荷神社ほか	10月23日～11月23日
新宿御苑「菊花壇展」	新宿御苑内日本庭園	11月1日～15日
湯島天神菊花展	湯島天神	11月1日～22日
三溪園「菊花展」	三溪園	10月26日～11月23日
弥彦菊まつり	弥彦神社	11月1日～24日
名古屋城菊花大会	名古屋城西之丸広場	10月24日～11月23日
日本菊花全国大会	国華園	10月20日～11月23日
神戸菊花展覧会	神戸市立相楽園	10月20日～11月23日
西日本菊花大会	宗像大社辺津宮	11月1日～22日



## 知って得するオシャレ塾 手作り手紙



電子メールの時代になっても、手紙でしか伝えられないことがあります。便箋や封筒にひと工夫すれば手紙の楽しさも倍増します。

インターネットや SNS を介してのメッセージのやり取りは、気持ちを瞬時に伝えられるので、今感じたことを即相手に発信したいときには、おおいに満足を与えてくれます。しかし、そのやり取りはあくまでも一過性のもので、あっという間にまた次のメッセージに取って代わられます。

一方、アナログの郵便は、心をこめた手書きの文字に加えて、<sup>びんせん</sup>便箋や封筒、切手までも、受け取る相手のことを考えながらさまざまに工夫することができます。

例えば便箋なら、ストライプのシ

ャツや、お気に入りの古布などをカラーコピーすれば、1枚のカラー用紙が素敵な便箋に早変わりします。また、段ボールを定型の大きさにカットし、招待状などに活用すれば、味わいある個性的なものになります。ほかにも、スケッチブックや原稿用紙、包装紙などを使っても、アイデア次第で、結構楽しい手紙グッズができそうです。手紙は、文章だけがメッセージになるのではなく、便箋や封筒も気持ちを届けてくれる大切なツールになるものです。ぜひ手づくりしてみてください。

## くらしの知恵 効果的な照明



演出ひとつで違った雰囲気をつくり出す照明。明暗のコントラストを組み合わせるだけでも、その部屋のイメージはずいぶん変わります。

家庭で使う代表的な照明の「LED電球・白熱灯・蛍光灯」は、色や点灯の特徴などが異なり、部屋の用途や雰囲気に応じて選ぶことが大切です。

例えば LED 電球の場合、特長は何と言っても省電力と長寿命。「昼白色・温白色・電球色」の3種があり、昼白色は明るいのでキッチンや子ども部屋に、温白色はほどよい落ち着き感のある明るさなのでリビングの主照明に、電球色は温かみを感じさせる明るさなので料理がおいしく見えるダイニング

の照明などに適しています。

また照明は、全体照明と部分照明、直接照明と間接照明、白熱灯と蛍光灯のように、それぞれの電球の特長を生かして組み合わせてみると、意外な効果を発揮して部屋の雰囲気も格段に変わることもあります。

例えばリビングは、広く見えるようにしたいもの。天井につけた蛍光灯からの直接光だけではアクセント不足。そこで、フロアスタンドを設置すれば、奥行き感も出て広く感じられます。

## ちょっと気になる話題 「大豆ミート」

別名「ソイミート」「ベジミート」と呼ばれる「大豆ミート」は、肉に似た食感ながら大豆から作る人工肉（代替肉ともいう）です。植物由来の原材料で作る植物肉の一種で、将来の肉の供給不足を見越した食料として生まれました。

カロリーは、（本物の）肉の 1/2～1/4 と低脂質で高タンパク質の食材であることから、近年は健康志向の強い人や女性に人気が出ています。

環境問題や食料不足の改善といった理由で注目されている大豆ミートですが、味や風味、製造コストなどがこれからの課題だといわれています。



## 旬を食べて元気に ごぼう



地中海沿岸や西アジアを原産地とする「ごぼう」が日本に伝えられた時期には諸説ありますが、平安時代に食用として栽培されるようになったといわれます。ヨーロッパや中国では薬用として用いられ

ていた「ごぼう」を、食用にしたのは日本だけだといわれます。

日本で一般に売られている「ごぼう」は、“滝野川ごぼう”という品種で、秋から冬にかけて収穫され、貯蔵性が高いことから、通年で店頭に並びます。

食物繊維を豊富に含むことから、便秘の解消に効果があり、腸内の老廃物を掃除してくれるだけでなく、アルギニンが含まれているので、漢方では滋養強壮に効くといわれています。

## 幸せハートの上級レッスン 紅葉狩りで森林浴



森林浴は緑の森だけではありません。森が色づく紅葉の木々のなかを歩くのも、心身を癒す効果のある森林浴です。

森のなかを歩いていると、何となく気持ちがよくなりますが、それは木々が発する清浄な空気、風、鳥の鳴き声、水のせせらぎ、木漏れ日などの森林環境が、人の五感を通して自律神経を刺激するからです。

ところが国土の2/3を森林が占める日本では、森の存在が当たり前すぎて森林に関心のある人は決して多くありません。

明治時代、政府がドイツから招いた医師ベルツ博士は、群馬県の草津温泉のほかにも、森林療法の保養地を設けるほど日本の森林に注目しました。

「森林浴」という言葉は、1982年に当時の林野庁長官が命名したのですが、現在は自然保護と健康増進のため、「森林浴100選」が選定されています。

森林浴のいいところは、森の木々の間を気ままに、自由に歩き、そして疲れたら休むこと。「休む」の「休」という漢字は、人が木に寄りかかる姿だといわれます。休んだら、近道、回り道をするのも自由です。

春の花見と秋の紅葉狩りは日本を代表する古来の娯楽。日頃のストレス解消に、近くの森に紅葉狩りに出かけてみませんか。

### なるほど仏事の豆知識

### 「合掌の由来」

私たちは、お寺や神社にお参りしたときには自然に手を合わせます。また、食前食後や願いごとをするときなどにも手を合わせる習慣があります。この手を合わせるという行為は、どこから生まれたのでしょうか。

#### 手を合わせるということ

手を合わせることを「合掌」といいます。左右の手をぴったり重ねるのが基本ですが、宗派によっては左右の指を組み合わせる場合もあります。

合掌は、もともと仏教が生まれたインドで行われていた礼拝の方法で、右手は仏さまの世界を、左手は現世を表しており、両手を合わせることで現世と仏さまの世界が一体になることを意味しているといわれます。

神社で拝むときは、柏手を打ち(手を二度、あるいは三度たたき)、そのあと手を合わせて祈ることが多いようです。



#### 日本人の合掌

日本人には、何気なく手を合わせる習慣があります。私たちの日常生活のなかで手を合わせる場面を思い起こしてみると、食事をする際、いただく前やいただいたあとに、また、願いごとをするときにも手を合わせるものが少なくありません。これは、食べ物に対する「感謝」や「申し訳なさ」の気持ちの表れであり、お寺や神社で自然と手を合わせるの、仏さまや神さまに対して「敬う気持ち」を抱いているからでしょう。

誰かに「ごめんなさい」と謝るときや、「お願い!」と何か頼みごとをするときも手を合わせます。これらは両手を胸の前で合わせることで相手に対してへりくだり、隠し事がなく、敵意もないことの自然な表れでもあります。また、山に登り、山頂でご来光を仰いだりすると、何か有り難く感じて、自然と手を合わせたくなるものです。

いずれにしても、私たちにとっての合掌は、誰かに教えられたり、強要されたりしてのものではなく、暮らしのなかで感謝や尊敬の気持ちを表す行為として、自然に身についたものだといえるでしょう。

# 遺骨の手元供養

遺骨の扱いとして墓地、埋葬等に関する法律は遺体や遺骨を墓地以外に埋めることを禁じています。

しかし遺骨を自宅に置くことは禁止されてなく散骨についても遺骨遺棄罪との関係では、法務省が「葬送の一つとの節度を持って行われる限り、遺骨遺棄罪には当たらない」との見解を示しております。

ただし微細な粉末にして陸上や河川では許可された場所、海上は10～20km以上の沖合いなど一定のマナーや制約があります。

最近「遺骨を手元に置いて故人を偲びたい」と考える人や、「死後も近くで家族を見守りたい」という、故人の遺言などから遺骨の手元供養が増えています。また墓が遠方にあったり、高齢のため墓参りが困難だという理由から散骨を希望する人や遺骨の一部を手元に置いて供養している家族もいるそうです。



## 自宅でのご葬儀とかわらない 遺族のための一軒家

アパートのため  
葬儀ができなくて...

自宅にスペースが  
確保できなくて...

冷房・暖房の設備  
駐車場がなくて...

などのお考えの方は  
「花きゅう」に  
お任せください。