

歳時記のある暮らし

二〇二三年

《六月》

曇り模様の景色に紫陽花が映えるころとなりました。

皆様、おすこやかにお過ごしでしょうか。

いつも『神秘の健康力』をご愛用いただき誠にありがとうございます。

またひとしきり 午前の雨が 菖蒲のいろの みどりいろ

中原中也「六月の雨」の書出し部分です。紫陽花や花菖蒲、アガパンサスの青や紫色の色が雨ににじみ出るように咲く光景が浮かびます。六月の和名は「水無月」。「水が無い月」ではなく、「無」の「の」にあたる連体助詞なので「水の月」といわれています。

「水無月」は田に水を引く大切な時期で、二十四節気でも田畑と関わりのある様子が伺えます。六日は「芒種（ぼうしゅ）」。稲や麦など、穂の出る植物の種を蒔くころという意味です。畑仕事の目安となる七十二候では「蟪蛄生（かまきりしゅうず）」。作物には手をつけず害虫を食べてくれるかまきりが暦に登場します。

十一日からは「腐草為螢（くされたるくさはたるとなる）」。「昔、草が枯れて腐ると螢に生まれ変わる」と信じていたようです。螢は梅雨時の湿気が多い土手の草から飛び立ちます。きれいな水と漆黒の闇がなければ生きていけない螢は一年近くを幼虫として過ごし、成虫として生きられる期間はわずか二週間。夜の闇に光の筋が流れる光景はなんとも美しく幻想的ですが、螢は次世代に命をつなぐために光を明滅させて仲間を呼び合います。

湿気が多く過ぎにくい梅雨時ですが、この時期の雨は植物の成長に欠かせません。梅雨がもたらす水分は土の中の養分を吸収しやすい状態にし、光合成による有機物の合成を促進させるからです。田植え直後の稲にとっても、水田ができて苗の成長が促されるので恵みの雨となります。

一方で、山から川に流れ込んだ雨は海へと注がれます。山の土壌は冬の間に蓄積された有機物が気温の上昇とともに分解されるため養分が豊富な状態です。その豊富な養分が雨によって海へと流れ、魚介類のえさとなるプランクトンの栄養源となります。

（裏へ続きます）

『神秘の健康力』

定期購入 30 粒 2,700円（税込）～

商品の注文・変更をご希望の場合は、下記にお電話ください。

☎0120-63-2222

※おかけ間違いにご注意ください。

【営業時間】

9:00～18:00（12/31～1/2は休日）



蒸し暑い季節は、少しでも気分が爽やかなるように暮らしたいものです。たとえば衣替えでは、衣類を入れ替えるだけではなくクローゼットの中を乾拭きして湿気対策や防虫対策も行うとすっきりとした気分になります。

十六日からは七十二候で「梅子黄（うめのみきはむ）」。梅酒や梅シロップ向けの青梅は六月上旬から出回っていますが、梅干しに適した黄色い梅や赤じその葉は中旬から下旬にかけて店頭に並びます。赤じそは梅雨時だけのもので、梅干しを漬けるのに使ったり、葉を煮出してしそジュースにも利用できます。雨音を聞きながら爽やかな梅の香に包まれて梅は事を楽しむのも梅雨ならではの素敵な過ごし方です。

二十一日は「夏至（げし）」。北半球では太陽の位置が最も高くなり、昼間の時間が最も長くなります。七十二候では「乃東枯（なつかれくさかるる）」。夏枯草（かごそう）はウツボグサとも呼ばれ、現在でも漢方薬として使われています。このころはウツボグサやドクダミ、トウキなどの薬草の花が咲き、暖かく湿った空気にハグ特有のすっきりした清涼感のある香りを漂わせます。気がつけば半年が過ぎようとしています。一年の半が終わる六月に「夏越の祓」という神事があります。この時期は食中毒やカビなど、衛生面に注意しますが、昔の人の生活でも疫病が流行したため、清浄化の意味もあったのでしょう。茅の輪くぐりや形代流しなどの儀式をつうじて半年間の病や罪穢を祓い残りの半年に備えます。一年の折り返し地点で一度立ち止まり、年初に定めた目標を見直す良い機会です。忙しい日々を過ごしながらも、残りの半年をより良く生きるためのきっかけとして「夏越の祓」を捉えてはいかがでしょう。気圧や気温の変化が激しい時期ですので日々の体調管理にお気をつけください。健康対策には『神秘の健康力』。商品のご注文やご変更などございましたら、いつでも（0120・63・2222）までご連絡ください。

皆様のご健康をお祈り申しあげます。

金氏高麗人參株式会社

おもてなし係お手紙担当 久郷 直子

