

歳時記のある暮らし

二〇二三年 《十月》

空気が澄み朝夕の涼しさが際立ってきました。

皆様、すこやかに過ごしてでしょうか。

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。

どこからともなくキンモクセイの甘い香りが漂い、イチヨウの木、銀杏に気付くころです。稲刈りが終わり収穫の季節、きのこ類、栗、柿、脂がのった秋鯖も旬を迎えます。

八日からは「寒露」。北方から雁などの渡り鳥が渡ってくるころで寒そうなイメージですが、本格的な寒さはまだ先。「食欲の秋」「スポーツの秋」「芸術の秋」といわれる快適な季節です。「読書の秋」ともいわれますので、歴史に名を残しながら健康に生きた人物の生活を紐解くことも楽しいものです。

例えば徳川家康。「人間五十年」の戦国時代にあって、六十一歳で江戸幕府を開き七十五歳まで生きました。家康が倒れて病に伏したのが一六六六年の一月、死亡したのが同年四月ということから、寝たきりの時間は短く健康寿命は長かったといえます。ふくよかな肖像画からは想像しにくいですが、家康は夏や冬も鷹狩などで身体を鍛え、白米に比べて栄養価が高く肥満予防に役立つといわれる麦飯を好んで食べました。中国の『本草綱目』や『和剂局方』を学び、薬草を栽培するための四千二百坪もの駿府御薬園を開設しました。また、香木の沈香の香りでの心のケアも行いました。

もう一人は九十歳まで生きた葛飾北斎。誕生日は九月二十三日、秋彼岸の日でした。「画狂人」と自称するほど、没するまで絵師として高みを目指し続けた北斎は、玄米や蕎麦を好んで食べたといわれます。青い波の絵の『神奈川沖浪裏』や『富嶽三十六景』はあまりにも有名で、美術の知識がなくても「海だ」「富士山だ」と誰もが理解でき、絵からパワーを感じとれます。北斎の浮世絵は、ゴッホやモネ、セザンヌ、ドガなどのヨーロッパの印象派に大きな影響を与えました。

北斎は生涯で九十三回も引越しました。その理由は、芸術に没頭して掃除をせず

(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)



部屋の汚水が限界になたら引越すということも繰り返していたとか、寺町百庵という和歌に精通した人がいて、その人が転居を百回したため、おそらく負けず嫌いであったであろう北斎は寺町百庵を超えるべく百回を目指したともいわれます。情熱や気力も長寿の一因となっていたのでしょうか。

十月といえばハロウィン。クリスマスやバレンタインデーと同じくらい定着し、お化けに仮装して楽しむ人や、お菓子のパッケージ、カーテニング、イルミネーションなどにカボチャのお化けを見かけます。ハロウィンの飾りといえばカボチャのお化け、「ジャック・オー・ランタン」が有名ですが、この他にもコウモリ、魔女、黒猫、蜘蛛の巣といったちょっと不気味なものもあります。

ハロウィンの起源となるブリテン諸島の古代ケルト人にとって十月三十一日は一年の終わりのつまり「大晦日」にあたる日で収穫祭であるとともに、日本の「お盆」のように先祖の霊が帰ってくる日でもありました。先祖と一緒に悪霊もやって来ると信じられていたので、お化けを飾ったり、魔女に扮装して「私も悪霊だよ」と悪霊をたまし、自分に乗り移られないようにしたといわれます。

ハロウィンからイメージされる色は、オレンジ、黒、紫です。一説では、温かさやエネルギーが感じられるオレンジ色は収穫を、黒色には霊を鎮める意味があるとされ、紫色には夜空や月の光という意味があるようです。ハロウィンの由来を知ると楽しみが増えますね。

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上げます。

金氏高麗人参株式会社

おもてなし係お手紙担当 久郷 直子

