

歳時記のある暮らし

二〇二五年

《七月》

風が夏の熱気を帯びるころとなりました。

皆様、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。

七月には朝顔、お中元や暑中見舞い、納涼や夏祭りなどの風物詩が目白押しです。七日の小暑を迎えると、白南風が雨雲を吹き飛ばし、真白な夏雲が空にかかります。小暑と大暑の期間をあわせて「暑中」といい、暑中見舞いを送るころです。

七日は五節句のひとつ「七夕の節句」。竹につるす色とりどりの七夕飾りにはそれぞれ意味があります。紙衣は裁縫の上達、巾着は商売繁盛、投網は豊漁、屑籠は整理整頓、吹き流しは機織りの上達、折鶴は長寿、そして短冊には願い事を書きます。竹は穢れを祓う力をもつとして、聖なる場所と俗なる場所との境界を定める結果にも使われ、「これより先は立ち入りを遠慮ください」という意味で庭園や玄関先などさまざまな場所に使われています。

十二日から「蓮始開（はすはじめてひらく）」地下茎は野菜の蓮根です。蓮は泥の中から美しい花を咲かせます。仏教で極楽浄土の花とされる蓮は三つ四日の短い命ですが、この時季の午前中、涼やかな水辺で幽玄の世界を楽しませてくれます。

夏祭りや花火大会には浴衣が似合いますね。昔、お風呂が蒸し風呂だった時代、上流階級の人にはひとえの衣を着て入浴しました。この衣のことを湯帷子（ゆかたびら）と呼びました。湯船に浸かるようになった江戸時代には、その衣で湯上がりの身体を拭き、浴衣と呼ばれるようになりました。

猛暑日が増えた昨今、暑気払いの知恵を増やすことが元気に夏を乗り切る秘訣となりました。そうめんや冷麦、トマトやスイカ、かき氷などの冷たいものを摂取したり、プールや海水浴に行ったりして身体に溜まった熱気を取り除きます。平安時代の暑気払いでは、池の上に張り出された床で涼んだり、水飯といわれる冷水をかけたご飯を

（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)



食べていたことが『源氏物語』の「六条院釣殿」に記されている。清少納言の『枕草子』では、かき氷を楽しんでいたことがわかります。「あてなるもの（上品なもの）」として「削り氷（ひ）」に甘草（あますら）を入れて、あたらしい「鉢（なまり）」に入れた」と記されています。削った氷に甘草をかけて金属のお椀に入れたものは、夏の貴重なものだったようです。

曲亭馬琴の『近世流行商人狂歌絵図』には、「枇杷葉湯（びわようとう）第一暑気払い」と言いながら暑気払いの枇杷葉湯を売り歩く商人がいたことが書かれています。また江戸時代の大坂には「あめゆ屋台」があり、水飴とショウガの絞り汁で作られた今の「冷やしあめ」が暑気払いの飲料として売られていました。

十九日から立秋の前日までが夏土用。土用の丑の日は十九日と三十一日でうなぎを食べるのが一般的です。しかし本来は梅干し、うどん、牛、瓜など「う」のつくものを食べるのが風習でした。うなぎが定番となったきっかけは、江戸時代、夏に脂っこいうなぎの売上が伸びないうなぎ屋からの相談を受けた蘭学者の平賀源内が「本日土用丑の日」と書いた張り紙をするよう提案したことにはじまります。この張り紙が功を奏し、店は大繁盛。周りのうなぎ屋もこれを真似し、土用の丑の日にうなぎを食べるようになったとされています。

向日葵が好きで狂ひて死にし画家

高浜虚子

太陽の明るさを思わせるひまわりが咲くころです。ゴッホのひまわりには真夏の辰気（あき）のようなうねりがあり、そのタッチを狂人になとえたのでしょうか。ゴッホはひまわりを南フランスの太陽として、アルルに住んでいたころが一番幸せだったことを物語るように、ひまわりを、盛んに描いたといわれます。

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

