

# 寿楽つうしん

平成27年4月号

平成27年4月発行

発行 老人福祉センター菊名寿楽荘  
発行責任者 富田 公道  
横浜市港北区菊名3-10-20  
TEL 045(433)1255

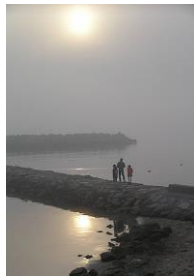
かすみ立つ 長き<sup>はる</sup>春日をこどもらと  
手まりつきつつ きょうもくらしつ

良寛

## 春 霞

春霞(はるがすみ)は、春の季節に立つかすみです。冬から春になると、遠くの景色が見えにくくなる現象を言います。

春霞に学術的な定義はありません。春に霧や靄などによって、景色がぼやけて見える状態を指します。霧(きり)や靄(もや)は、空気中の水滴などで視界が悪くなり、視界が1km未満であれば霧、それ以上は靄と呼びます。平安時代頃から、秋の霧と春の霞として季節によって区別され、風物として多く和歌などに歌われてきました。



霞や霧は、大気中の水分が植物の蒸散が活発化するなどの要因によって増え、気温の低下などによって微粒子状(細かい水滴)となり、目に見える状態になります。昼と夜の変わり目で気温差の大きい日に起こりやすいといわれています。

最近では黄砂などの微粒子により、日中帯に引き起こされる場合も多いのですが、黄砂自体は偏西風により以前より飛来しているため、古い文献にある春霞も一部は黄砂を指していたと考えられています。

## 和歌と春霞

- ・春霞たなびく山の桜花うつろはむとや色かはりゆく(読人不明)
- ・春霞たなびきにけり久方の月の桂も花や咲くらむ(紀貫之)

(枕詞)

(1)霞が「立つ」、あるいは「居る」意から、同音の「たつ」「井」などにかかる。

「一井の上(へ)ゆ直(ただ)に道はあれど/万葉 1256」

(2)春霞によって春の日がかすむ意から、地名「春日(かすが)」にかかる。

「一春日の里の植ゑ子水葱(こなぎ)/万葉 407」

## 今月の和歌の解説

【通釈】春がすみの立つ、のどかな春の長い一日を、子どもらと手まりをつきながら、今日もくらしてしまったなあ。

【補記】(りょうかん、宝暦8年10月2日〔1758年11月2日〕 - 天保2年1月6日〔1831年2月18日〕)は江戸時代後期の曹洞宗の僧侶、歌人、漢詩人、書家。俗名、山本栄蔵または文孝。号は大愚。

出家後、玉島(岡山県倉敷市)の円通寺の国仙和尚に師事し、諸国を廻る。その頃義提尼より和歌の影響を受ける。48歳のとき、越後国蒲原郡国上村(現燕市)国上山(くがみやま)国上寺(こくじょうじ)の五合庵、61歳のとき、乙子神社境内の草庵、70歳のとき島崎村(現長岡市)の木村元右衛門邸内にそれぞれ住んだ。無欲恬淡な性格で、生涯寺を持たず、諸民に信頼され、良く教化に努めた。良寛自身、難しい説法を民衆に対しては行わず、自らの質素な生活を示す事や、簡単な言葉(格言)によって一般庶民に解り易く仏法を説いた。その姿勢は一般民衆のみならず、様々な人々の共感や信頼を得ることになった。良寛の名は、子供達を愛し積極的に遊んだという行動が人々の記憶に残っている。良寛は「子供の純真な心こそが誠の仏の心」と解釈し、子供達と遊ぶことを好み、かくれんぼや、手毬をついたりしてよく遊んだという(懐には常に手毬を入れていたという)。

## ○高齢者の食事は簡素になりがち。でも、食事は楽しく食べる！

現代日本では、高齢者の一人暮らし、あるいは高齢者だけの世帯が増えています。大家族では、高齢者が育ち盛りの子どもや若い人と暮らすことで、たんぱく質やカルシウムに富んだ食事をいっしょに食べて、足りなくなりがちな栄養素を十分に取ることができますが、高齢者の一人暮らし、あるいは高齢者だけの暮らしでは、食事が簡素になりがちで、低栄養のために健康に障害をきたすこともあります。しかし、十分な栄養摂取だけが高齢者の活動能力、そして健康長寿を支えているわけではありません。食事は楽しく食べることで、おいしく食べられます。家に閉じこもらず、社会活動へ積極的に参加するなど、気持ちを外に向けること。何ごとにもポジティブに考えて、くよくよしないこと。明るい気持ちで前向きに生きていくことが、生活の活動能力を維持して、さらに食生活を豊かにして、心を豊かにしていくことにつながっていきます。

菊名寿楽荘では、毎月第3水曜日に栄養相談を実施しています。食生活に不安のある方は気軽に相談ください。



# 4月のスケジュール



の文字は開講日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			テッサン ・アクリル水彩画	横浜郷土史	初心者英会話	実用書道 日本歴史講座
5	6	7	8	9	10	11
卓球開放	はじめての 太極拳	パッチワーク 初心者俳句教室	初心者ウクレレ 健康相談	歌声教室	初心者健康麻雀	
12	13	14	15	16	17	18
卓球開放	茶道入門 (立礼)		テッサン ・アクリル水彩画 栄養相談	横浜郷土史	初心者英会話	実用書道 日本歴史講座
19	20	21	22	23	24	25
卓球開放	はじめての 太極拳	パッチワーク 初心者俳句教室	初心者ウクレレ 健康相談	歌声教室	初心者健康麻雀	
26	27	28	29	30		
卓球開放	茶道入門 (立礼)	休館日				

## エイプリルフールの由来

その昔、ヨーロッパでは3月25日を新年とし、4月1日まで春の祭りを開催していましたが1564年にフランスのシャルル9世が1月1日を新年とする暦を採用しました。これに反発した人々が、4月1日を「嘘の新年」とし、馬鹿騒ぎをはじめました。しかし、シャルル9世はこの事態に対して非常に憤慨し、町で「嘘の新年」を祝っていた人々を逮捕し、片っ端から処刑してしまいました。処刑された人々の中にはまだ13歳だった少女までもが含まれていました。フランスの人々は、この事件に非常にショックを受け、フランス王への抗議と、この事件を忘れないためその後も毎年4月1日になると盛大に「嘘の新年」を祝うようになっていきました。これがエイプリルフールの始まりです。



## 4月は卯月、卯月は卯の花の咲く季節(旧暦)

卯の花とは、ウツギの花の別称です。ではなぜおからのことを卯の花と呼ぶのでしょうか？ それは、小さな白い花が集まって咲く卯の花(ユキノシタ科の落葉低木うつぎの花)に似ることからおからのことを卯の花というようになりました。

「おから」は絞りかすの意味。茶殻の「がら」など同源の「から」に丁寧語の「御」をつけたもので、女房言葉のひとつ。「から」は空に通じるとして忌避され、縁起を担いで、白いことから卯の花(うのはな、主に関東)、包丁を使わず切らずに食べられるところから雪花菜(きらず、主に関西)などと言いかえられるようになりました。



卯の花

## エイプリルフール

エイプリルフール(英語: April Fools' Day)とは、毎年4月1日には嘘をついてもよい、という風習のことです。4月1日の正午までに限るとも言い伝えられており、英語の“April Fool”は、4月1日に騙された人を指します。4月1日には、世界中で新聞が嘘の内容の記事を掲載したり、TVニュースでジョークニュースを報道したりといったことが広く行われています。インターネットが普及してからは、実用性のない冗談RFC(RFCとは「コメント募集」を意味する英語の略語)が公開されたり、ウェブサイトではジョークコンテンツを公開するといったことも行われます。ジョークの規模についても、簡易なものから大きな労力をつぎ込んだものまで存在し、ウェブサイトにおいては個人発から大手企業発まであり、時に、閲覧者から嘘の情報の内容についての問い合わせが来ることもあります。

右は、実際にあった、90年4月1日の新聞広告。この広告に読者はビックリ—「史上最低の豊島園 来るんじゃないか!」--これを見た読者が押しかけ、異常なほど客が増えたといえます。こんな罪のない嘘なら大歓迎ですね。

[編集後記]



今日は4月1日です。