歳時記のある暮らし

二〇二四年《九月》

草木のようすや時折吹く涼風に季節の移ろいを感じます。
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。

秋の野に咲きたる花を指(および)折りかき数ふれば七種(ななくさ)の花

萩の花尾花葛花なでしこが花をみなへしまた藤袴朝顔が花

万葉集の中の山上憶良の歌です。春の七草が七草粥にして無病息災を祈るのに対し、秋の七草はその美しさを観賞します。ここで登場する藤袴はキク科の植物で良い香りが漂い、浅黄斑(あさぎまだら)という蝶が好んで訪れます。浅黄斑は青緑色のステンドグラスのような美しい羽をもち、台湾や東南アジアから日本へ飛来することで有名で、そんな長距離移動を叶えるような栄養を藤袴から吸収するのです。

九月一日は防災の日。関東大震災が(九二三)年九月一日に起きたことと、台風の多い季節という理由から、この日が防災の日となりました。日本では、地震や台風、豪雨などの自然災害が少なくありません。災害時の避難の手順を確認しておきましょう。

九月九日は重陽の節句。季節の変わり目の節句の行事は、身についた穢れを祓い新節を健康な身体で迎えるために行われました。(月七日の人日、三月三日の上巳、五月五日の端午、七月七日の七夕、九月九日の重陽の五節句がありますが、それぞれに決まった食べ物や植物があり、遅れて役に立たないことを「六日のあやめ、十日の菊」といいます。

重陽の節句は「菊の節句」とも呼ばれ、菊の香りを含んだ朝露を真綿に移し顔や身体を拭いて邪気を祓います。『紫式部日記』に、「菊の露わかゆばかりに袖ふれて花のあるじに千代はゆづらむ…」というくだりがあります。これは、紫式部が藤原道長の妻の倫子から菊の被せ綿を贈られて「これで老いを拭いとってしまいなさい」と言われた時のエピソードです。紫式部は倫子に対して「被せ綿の露で身を拭えば寿命が延びるのでしょうが、私は若返る程度に少し袖を触れさせていただき、長寿のご

(裏面へ続きます)

『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)

利益は花の主の倫子様にお譲りいたします」と謙虚な言葉で返したようです。

九月十七日は中秋の名月。「十五夜」とも呼ばれ平安時代に観月の宴が始まりました。九月の十五夜か十月の十三夜のどちらかしか月を見ないことを「片見月」といい、縁起が悪いので両方とも見るべきものとされていました。しかし十五夜の月を夜空と水面の両方から見ることで二つの月を見たことになり、十三夜を見なくてもよしとされ、嵯峨天皇は京都の大沢池に舟を浮かべて両方の月を愛でました。

秋の夜の月に心のあくがれて雲ゐにものを思ふころかな　花山天皇

秋の夜の月へと心が遊離して、雲の上にあって物思いに耽る今日このごろ、という意味でしょう。電灯がなかった平安時代、日没後の月の明るさはひときわ輝きを放っていたことでしょう。『栄花物語』には、花山天皇が愛した女御を失った悲しみから出家を決意したとされていますが、花山天皇は絵画や建築という芸術的なお能にも恵まれていたと語り継がれています。

暑さが少しやわらいでくると、家事や趣味にさまざまな「やる気のスイッチ」が入ります。特に家事では、まだまだ気温が高く水仕事も苦になりません。頑固な汚れが落ちやすく、年末に行う換気扇や浴室の大掃除の負担が軽減されます。エアコンの汚れは余計な負荷となり電気代もかさみますので、しっかりと掃除をして冬の準備をしておきたいものです。

九月二十二日は秋分の日。高い青空に赤い曼殊沙華がくっきりと映えます。「暑さ寒さも彼岸まで」といわれますが、残暑が厳しく夏の疲れが出やすいころです。充分な休養と質の高い睡眠で体調を整えましょう。

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。

金氏高麗人参株式会社
おもてなし係お手紙担当　久郷 直子