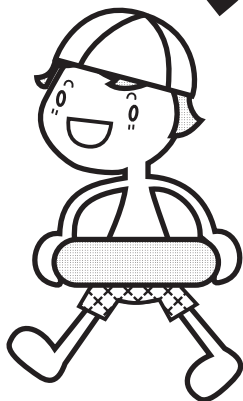
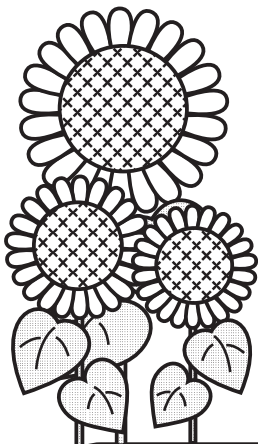
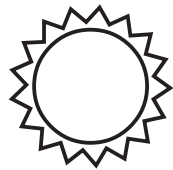


一年を楽しもう

8月

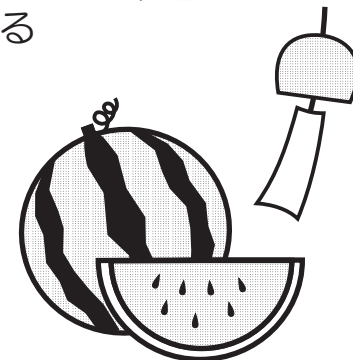


かちどき薬品 ホームページ  
げんき君 健康に関する情報がいっぱい  
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ

8月 葉月 August

日本ではかつて、旧暦8月を葉月（はづき）と呼び、現在では新暦8月の別名としても用います。葉月の由来は諸説あります。木の葉が紅葉して落ちる月「葉落ち月」「葉月」であるという説が有名で、他には稲の穂が張る月「穂張り月（ほはりづき）」という説や、初めて雁（かり）が到来する月「初来月（はつきづき）」という説、南方からの台風が多く来る「南風月（はえづき）」という説などがあります。また、「月見月（つきみづき）」の別名もあります。



～二十四節気（にじゅうしせっき）～

立秋（りっしゅう）：8月8日（2011年）

初めて秋の気配が現われてくる頃とされており、この日から立冬の前日までが、暦の上で秋です。厳しい暑さがまだまだ残っています。

処暑（しょしょ）：8月23日（2011年）

「処暑」とは暑さが止むという意味です。台風襲来の特異日ともいわれ、大雨や暴風にみまわれることも少なくありません。

# ◆◆◆◆8月の行事◆◆◆◆

## …東北三大祭り…

8月上旬、東北三大祭りと呼ばれる青森のねぶた、秋田の竿燈(かんとう)、仙台の七夕の祭りが行われます。山形の花笠を加えて、東北四大祭りとも称されます。



### ○青森ねぶた(8月2日～7日、青森市)

独特の筆遣いで極彩色の絵を施した「ねぶた」が夜空を彩り、大勢のハネトたちが「ラッセ、ラッセ」のかけ声とともに、ねぶたの周りで踊り跳ねます。

### ○秋田竿燈まつり(8月3日～6日、秋田市)

竿燈とは、長い竹竿に9本の横竹を張り、46個のちょうちんをぶら下げたもので、長さ12m、重さ60kgにもなります。お囃子(はやし)にのって、半纏(はんてん)・白足袋姿の差し手若衆たちが額、肩、手のひら、腰などに竿燈を乗せて技を競い合います。

### ○仙台七夕まつり(8月6日～8日、仙台市)

伊達政宗の時代に始まったといわれる、日本最大規模を誇る七夕祭りです。色とりどりの豪華な七夕飾りが市中に飾り出され、夜には華やかな七夕パレードが行われます。

### ○山形花笠まつり(8月5日～7日、山形市)

「めでためでたの若松様よ～」の祝い歌と、「ヤッショー、マカショ」のかけ声とともに、花笠を持った踊り子たちが市内を練り歩きます。花笠祭りは、収穫の秋を控え豊作を祈願して祝う踊りに起源があるといわれます。

…2…

## ○広島平和記念日<8月6日>

広島市で原爆犠牲者慰霊平和祈念式典が行なわれる。

広島に原子爆弾が投下された日です。広島市では毎年この日に、原爆慰霊碑の前で平和祈念式典が行われます。犠牲者の冥福を祈ると共に、平和を願い、核兵器廃絶を訴えます。



## ○長崎原爆の日<8月9日>

長崎市で原爆犠牲者慰霊平和祈念式典が行なわれる。

長崎市でも毎年この日に、原爆犠牲者慰霊平和祈念式典が行われています。キリシタンの町でもある長崎では、各教会で原爆犠牲者を追悼するミサ(祭儀)が開かれ、平和の実現を願う祈りを捧げます。



## ○終戦記念日<8月15日>

第二次世界大戦(太平洋戦争)が終結した日。1945年(昭和20年)8月、日本政府はポツダム宣言を受諾し、日本国民に日本の無条件降伏が知らされました。これにより、永きにわたった戦争が終わりました。その後、1982年(昭和57年)、「戦没者を追悼し平和を祈念する日」として制定され、各地で平和を願う行事が開催されています。

…3…

# ○お盆：8月13日～16日

## 先祖の霊をお迎えして、なぐさめる行事。

一般的に「ご先祖様が帰ってくる」と考えられており、地域によって迎え方は様々です。かつては旧暦7月15日を中心に行われていました。新暦になってから7月に行う地域と8月に行う地域に分かれましたが、8月に行う地域の方が多ようです。8月に行なうお盆は月遅れのお盆と呼ばれます。お盆の期間は地域により様々で、一般的なものでは先祖の霊は13日に訪ねてきて、14日と15日は家に留まり、16日に帰って行くと言われています。

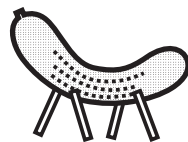


### 迎え火

お墓を掃除し、仏壇を清め、盆棚(精霊棚、先祖棚ともいいます)を飾って、ご先祖様をお迎えする準備をします。日没後、戸口で麻幹(おがら)などを燃やして「迎え火」をたき、先祖の霊をお迎えします。

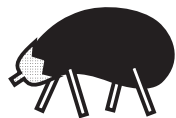
### 精霊棚・盆棚

迎えた先祖の霊は、「精霊棚」「盆棚」などと言われる祭壇に祀り、花や食べ物などの供物を供えます。キュウリで先祖が乗ってくる馬、ナスで荷物を運ぶ牛に見たてたものを作ります。真菰(まこも)を敷き、その上に季節の野菜や果物などをお供えします。



### 送り火

戸口で「送り火」をたいて、実家で3夜を過ごした先祖の霊をお見送りします。



### 精霊流し・灯籠流し

盆棚に使ったものや供えたものを、川や海に流して先祖の霊を送る、「精霊(しょうりょう)流し」をする地域もあります。

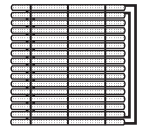
# ◆◆◆◆季節を楽しむ◆◆◆◆

## ～残暑を涼しく～

### 昔ながらの道具で涼しくすごしてみませんか

#### 簾(すだれ)

平安時代、宮廷の仕切りや目隠しといった調度品として使用されていたのがルーツで、現在でも目隠しや日よけとして使用されています。



室外の軒下に掛ける場合、窓から10～15cmくらい離れたところに掛けると、窓との間に空気層を作り熱をさえぎることが出来るので効果的です。

#### 団扇(うちわ)

古くは、日よけや祭礼などにも用いられ、顔を隠して威厳を正す道具でした。その後一般に普及するようになり、涼をとったり火を起こすのに欠かせないものとなりました。



節電が呼びかけられている今夏、うちわは見直されてきています。現在も各地でさまざまな趣向を凝らしたものが作られています。

#### 《日本三大うちわ》

京うちわ(京都府)・丸亀うちわ(香川県)・房州うちわ(千葉県)

#### 風鈴

風鈴の歴史は古く、起源は中国の占風鐸(せんふうたく)という、風向きや音で吉凶を占う道具からといわれています。

他にも風鈴は世界中に存在しています。

日本には、お寺の邪気よけとして仏教とともに渡来し、その後江戸時代にガラス製の風鈴が作られ一般的に広まりました。

当初は魔よけの道具として、朱色の風鈴が一般的で、1970年代までは朱色の風鈴が半数を占めていました。



# 旬の食材レシピ

## かぼちゃと牛肉の南蛮漬け風サラダ

**ガン細胞の発生を防御、貧血を予防し体力を強化する**

かぼちゃは優れた緑黄色野菜です。カロテンが豊富なので粘膜を丈夫にし、活性酸素を除去してガン細胞の発生を防ぎ、免疫力を高めてくれます。牛肉のたんぱく質は良質で抵抗力強化に有効、鉄分も豊富なので貧血予防にも効果があります。

### <材料：2人分>

- かぼちゃ…………… 200~250g
- 牛肉(薄切り)…………… 100g
- さやいんげん…………… 10本
- 油…………… 適量



- A**  
(漬け汁)
- 酢…………… 40cc
  - だし汁…………… 50cc
  - しょうゆ…………… 大さじ1
  - 塩…………… 小さじ1/3
  - 砂糖…………… 大さじ1
  - 鷹の爪(輪切り)… 1/2本

### <作り方>

- 鍋にAを入れて火にかけ、砂糖が溶けたら火を止める。
- かぼちゃは薄切りにし、熱した油でカリッと揚げ、熱い内に①の漬け汁に入れる。
- さやいんげんは熱湯でさっとゆで、半分に切り、①の漬け汁に入れる。
- 牛肉は熱湯にさっと通し、水気を切り、①の漬け汁に入れる。
- 器に盛り、漬け汁をかける。

# 8月 誕生花と花言葉

1日 ガーベラ 神秘	2日 矢車草 優雅	3日 ポピー 忍耐	4日 とうもろこしの花 財宝	5日 エリカ 孤独	6日 あさがお 結束
7日 ざくろの花 成熟の美	8日 ツツジ 愛の喜び	9日 シスタス 人気	10日 こけ 母性愛	11日 ゼラニウム(赤) 君ありて幸福	12日 キョウチクトウ 信用を大切に
13日 キリン草 要注意	14日 ジャーマンター 愛敬・淡泊	15日 ヒマワリ あこがれ、崇拜	16日 女郎花 約束を守る	17日 ユリ/キ 田園の幸福	18日 タチアオイ 熱烈な恋
19日 スイセン/ウ ウィット	20日 フリージア 純潔	21日 金水引 感謝	22日 シモツケ草 努力	23日 菩提樹(洋種) 夫婦愛	24日 きんせんか 別れの悲しみ
25日 アンズリューム 恋にもたえる心	26日 ユウゼンギク 老いてもご機嫌	27日 ぜんまい 夢想	28日 エリンジューム 秘密の愛情	29日 ニコチアナ 孤独が好き	30日 ジャーマンター 愛敬・淡泊
31日 レンゲソウ 心が和らく					

# 8月の誕生石と宝石言葉

- 《サードニックス》…知恵・勝利・幸福
- 《ペリドット》…夫婦の幸福・和合