

一年を楽しもう

10月



宣言

明るい
笑顔

すぐ
返事

伝える
元気

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

10月 神無月 September

日本では、旧暦10月を神無月(かんなづき、かみなしづき)と呼び、現在では新暦10月の別名としても用います。

「神無月」の語源として、出雲の出雲大社に全国の神様が集まって一年の事を話し合うため、出雲以外には神様が居なくなる月という由来があり、神様が集まる出雲では「神在月(かみありつき)」といいます。

他にも「神無月」の語源として以下のような説もあり、いずれにしても「神無」はあて字として考えられています。

- ・醸成月(かみなんづき)：新穀で新酒をかます月
- ・神嘗月(かんなめづき)：新嘗(にいなめ)の準備をする月
- ・神な月(かみなづき)：「神の月」の意
- ・雷無月(かみなしづき)：雷のない月

また、「時雨(しぐれ)月」「神去り月」などや、冬の初めの意味する「孟冬(もうとう)」などの別名もあります。



～二十四節気(にじゅうしせっき)～

□寒露(かんろ)：10月9日(2011年)

露が冷気によって凍りそうになる頃。
雁等の冬鳥が渡ってきて、菊が咲き始め、こおろぎ等が鳴き止む頃です。

□霜降(そうこう)：10月24日(2011年)

露が冷気によって霜となって降り始める頃。
この日から立冬までの間に吹く寒い北風を「木枯らし」と呼びます。楓(かえで)や蔦(つた)が紅葉し始めます。

◆◆◆◆ 10月の行事 ◆◆◆◆

○衣替え<10月1日>

季節の変化に応じて衣服を着替える日。
一般的に、10月1日から冬服に、
6月1日から夏服に替える日としています。



明治時代、旧暦から新暦に変わり、
和服から洋服を着るようになったことから、
政府が6月1日を夏の衣替えの日、
10月1日を冬の衣替えの日と決めました。
現在でも、官庁・学校・企業など制服を着るところでは、
多くが6月1日と10月1日を「衣替えの日」としています

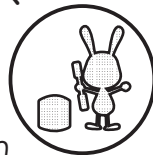


○十三夜<2011年は10月9日>

「十三夜」とは、旧暦の毎月13日の夜をいいますが、
特に旧暦9月13日の夜を指し、月を鑑賞する風習が
あります。

旧暦8月15日の「十五夜の月」に対して、
旧暦9月13日の月を「後の月(のちのつき)」と呼ばれ、
「中秋の名月」の次に美しい月といわれ、
もうひとつの月見とされています。

「十三夜様」は縁起の良い月で、「拝むと成功する」、
「毎月十三夜の月を拝むと、財運に恵まれる」
ともいわれています。



…2…

○体育の日<2011年は10月10日>

「スポーツにしたいしみ、健康な心身をつちかう」ことを趣旨
とした国民の祝日です。

体育の日は、元々は10月の第1土曜日の「スポーツの日」で
した。

1964年(昭和39年)10月10日に、オリンピック東京大会が
開催されたのを記念して、1966年(昭和41年)に10月10日が
国民の祝日「体育の日」と制定され
ました。

その後、祝日法が改正され2000年からは、
10月の第2月曜日に変更されました。

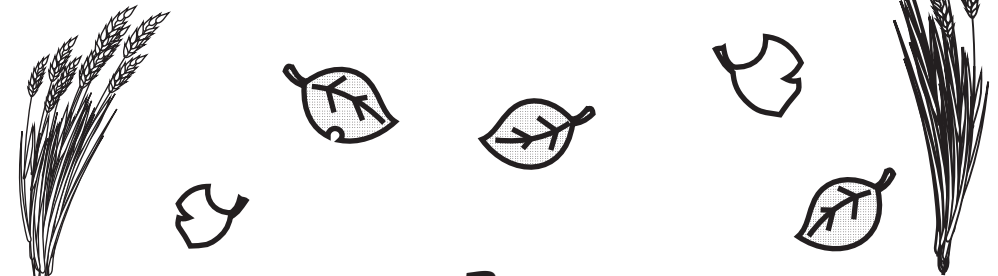


○神嘗祭(かんなめさい)<10月15日~25日>

天皇が、天照大神(あまてらすおおみかみ)に新穀を
奉納するお祭り。

実りの秋に豊作に感謝して、その年に取れた新しいお米
をいちばんに神様に食べていただくという行事です。

旧暦では9月17日を祝日としていました。
現在は宮中と伊勢神宮で儀式が行われています。



…3…

○ハロウィーン(Halloween) <10月31日>

キリスト教の祝日「万聖節(ばんせいせつ)」「(11月1日)の前夜祭。秋の収穫を祝い、悪霊を追い出すためのお祭り。仮装した子供たちが町を練り歩き、家々からお菓子をもらいます。

ヨーロッパ古代ケルト民族のケルト暦では、11月1日が一年の始まりでした。その前日の夜は、死者の霊が親族を訪れ、同時に悪霊も町をうろついて悪さをするとされていました。そこで悪霊を追い払うために、町中で焚き火をしたことが、ハロウィーンの起源といわれています。

この風習は、後にローマ人の祭りとの混合し、キリスト教「万聖節」の前夜祭に変化しました。

アメリカでは悪霊退散の日として、カボチャをくり抜いて作った「ジャック・オ・ランタン」(jack-o'-lantern)というちょうちんを飾り、魔女やお化け、怪物などに仮装した子供たちが「お菓子をくれないと悪戯をするぞ」(Trick or treat?)と言いながら近所の家々を回る楽しいお祭りとなっています。

ジャック・オ・ランタン(jack-o'-lantern)の由来

「昔アイルランドに、ジャックという名の男がいました。あまりにケチでずるい人であったため、ジャックは死んでも天国に入れてもらえず、仕方なく地獄へ向かいましたが、悪魔にも嫌われて追い返されてしまいました。

ジャックは悪魔がくれた炭火を、くりぬいたかぶに入れ、夜道を照らして歩き、今でもジャックはそのランタンを持って、あの世とこの世の間をさまよい歩いています。」

という言い伝えがジャック・オ・ランタンの始まりだそうです。

今ではかぶの代わりにカボチャを使うようになり、ジャック・オ・ランタンはハロウィーンのシンボルになりました。



...4...

◆◆◆季節を楽しむ◆◆◆



...秋の行楽...



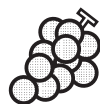
10月に入ると台風シーズンが去り、中旬には秋の長雨も終わり、秋晴れの日が続きます。朝晩が涼しく、さわやかな日和となり、絶好の行楽シーズンです。



もみじ

紅葉狩り<10月中旬~11月下旬>

山野で秋の紅葉(こうよう)を觀賞することを、「紅葉狩り」といいます。紅葉見(もみじみ)、観楓(かんぷう)ともいいます。平安時代から貴族は、紅葉を見ながら宴を催し、その美しさを和歌などに詠みました。その後庶民の間にも、紅葉狩りは盛んになりました。日本人は古くから、春には桜の花を見て楽しみ、秋には紅葉を見て楽しんできたのです。



秋の味覚狩り



秋にはいろいろな果物が旬をむかえます。梨狩り、ぶどう狩り、みかん狩り、りんご狩り、きのこ狩りなどが盛んです。実りの秋には、ぜひ美味しい秋の味覚を楽しみましょう!



...5...

かぶと厚揚げの煮物

カロテンが豊富なかぶの葉をプラスし免疫力を強化する

かぶは胃腸を温め、腹痛にも効果があり、貧血予防に効果のある葉酸も含んでいます。葉は緑黄色野菜でカロテンが多く、免疫力を強化します。厚揚げは豆腐同様の良質なたんぱく質を含み、かぶのたんぱく質と一緒に調理すると体が温まり体力がつきます。かぶの葉はアクが強いので必ず下ゆでしましょう。

＜材料：2人分＞

- かぶ..... 4個
- かぶの葉..... 1個分
- 厚揚げ..... 1枚

- A
- だし汁..... 1カップ
 - しょうゆ... 大さじ1
 - 酒..... 大さじ1



＜作り方＞

- ①かぶは葉と切り離し、皮をむき食べやすい大きさに切ります。葉は熱湯でゆで、食べやすい長さに切ります。
- ②厚揚げは熱湯を回しかけて油抜きをし、食べやすい大きさに切ります。
- ③鍋にかぶ、厚揚げ、Aの調味料を入れて火にかけ、沸騰したら弱火にして煮ます。
- ④かぶがやわらかくなったら、かぶの葉を入れて2～3分煮ます。

10月の誕生花と花言葉

1日 菊(紅) 愛	2日 あんずの花 乙女の はにかみ	3日 もみじ 自制	4日 レースフラワー 優雅な たしなみ	5日 コスモス(黄) たおやかさ	6日 コスモス(赤) 乙女の真心
7日 もみ 高尚	8日 パセリ 勝利	9日 ほととぎす 永遠に あなたのもの	10日 メロンの花 飽食	11日 みぞはぎ 愛の悲しみ	12日 ガーベラ 神秘
13日 しもつけ草 整然とした愛	14日 コスモス(白) 少女の純潔	15日 スイートバジル 好感	16日 こけぼら 無邪気	17日 ぶどうの花 信頼	18日 つるこけもも 心痛の なくさめ
19日 ホウセンカ(紅) 私に 触れないで	20日 麻 運命	21日 アザミ 独立	22日 ミニバラ 特別の功績	23日 ちょうせん朝顔 愛敬	24日 梅 高潔な心
25日 かえで 遠慮	26日 すいぼ 情愛	27日 野ばら 詩	28日 ゼニアオイ 信念	29日 西洋いんごの花 導かれる まに	30日 ロベリア 悪意
31日 カラ ステキな美					

10月の誕生石と宝石言葉

- 《オパール》...希望・無邪気・潔白・安楽・忍耐
- 《トルマリン》...希望・忍耐・幸福