

一年を楽しもう

2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

2月 如月 February

日本では旧暦2月を如月(きさらぎ)と呼び、現在では新暦2月の別名としても用いられています。

「きさらぎ」という名前の由来には

◎寒さで着物を更に重ねて着ることから

「着更着(きさらぎ)」

◎草木が生えはじめる月で「生更木(きさらぎ)」

◎草木の芽が張り出す月「草木張月(くさきはりづき)」から転じたもの

◎前年の旧暦八月に雁が来て、更に燕が来る頃で

「来更来(きさらぎ)」

◎気候が陽気になる季節で「気更来(きさらぎ)」

「息更来(きさらぎ)」

など諸説あります。



～二十四節気(にじゅうしせっき)～

□立春(りっしゅん):2月4日(2012年)

暦の上ではこの日から春がはじまりますが、寒い日が続きます。この日以降初めて吹く南寄りの強風を「春一番」といいます。また、立春は雑節の基準となる日で、八十八夜や二百十日などはこの日から数えられた日数です。

□雨水(うすい):2月19日(2012年)

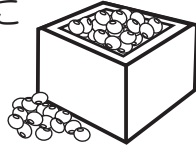
あたたかさで雪や氷がとけて水となり降り注ぐ日。昔から、農耕の準備を始めるのは雨水が目安とされています。また、この日に雛人形を飾りつけると良縁に恵まれるとされています。

◆◆◆ 2月の行事 ◆◆◆

○節分<2012年は2月3日>

邪気をはらい厄を落とす

もともと「節分」とは季節の分かれ目という意味で、季節を分ける立春・立夏・立秋・立冬のそれぞれ前日にありましたが、次第に旧暦で1年の始まりでもあった立春の前日が重んじられるようになったといわれています。



立春からを新年と考える旧暦では、節分は大晦日にあたり、前年の邪気をはらうという意味をこめた行事の一つに豆まきがあったとされています。古くは中国に始まり、平安時代頃の宮中で行われ、その後各地の神社などに広がっていったといわれています。

○初午(はつうま)<2012年は2月3日>

稲荷神社に参拝する

2月の最初の午(うま)の日を「初午」といいます。これは、奈良時代の711年(和銅4年)2月の初午の日に、稲荷神社の総本社である京都伏見稲荷大社に、祭神の稲荷大神が鎮座したという言い伝えからで、現在では開運・福德・商売繁盛をもたらす神として、広く人々にあがめられています。稲荷神のお使いであるキツネの好物が油あげであることにあやかり、油菓子や油あげをお供えしたり、食べたりする風習もあります。



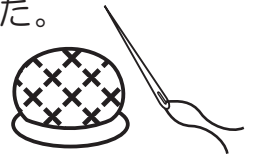
…2…

Copyright © 2012 かちどき薬品株式会社 <http://kachidokikk.co.jp/>
健康情報サイト げんき君 <http://genki1616.co.jp/>

○針供養<2月8日>

裁縫の上達を祈願する

使えなくなった針に感謝を込めて供養します。地域によって12月8日に行うところもあります。折れたり、曲がったりして使えなくなった針を集め、豆腐やコンニャクなどの柔らかいものに刺したり、紙に包むなどします。それを神棚に供えたり、神社に納めて供養し、針仕事の上達を祈ります。使える針もこの日は手にせず、女性は裁縫を休みました。裁縫が女性のたしなみであった時代は、針供養は大切な行事でした。



○御事始め(おことはじめ)<2月8日>

2月8日は「御事始め」といい、1年の農作業を始める日とされてきました。旧暦の12月8日から2月8日は、農閑期であるとともに厳冬期なので、野外を避けて屋内での作業を中心にするための節目であったといわれています。また、12月8日は「御事納め」といい農業を締めくくる日とされてきました。

○建国記念の日<2月11日>

「建国をしのび、国を愛する心を養う」国民の祝日です。1966年(昭和41年)に制定、翌年から実施されています。2月11日はかつて「紀元節」という初代天皇である神武天皇が即位した日として、祝日でした。終戦後に紀元節は廃止され、建国の日ではなく、あくまでも建国を記念する日として国民の祝日に追加されました。

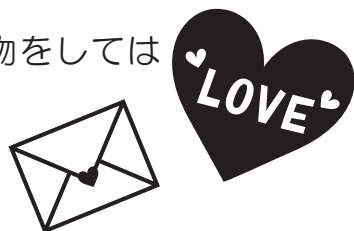
…3…

○バレンタインデー〈2月14日〉

ローマ司教であり、のちに愛の守護神として敬愛された聖バレンタインが殉教した日で、また、春に先駆け、小鳥が愛の歌を歌い始める日とされていたことと結びついて、「愛の日」といわれるようになったとされています。

日本では「女性から男性へ告白する日」という習慣がありますが、欧米では男女を問わず、恋人や家族、友人にお菓子やカードなどを贈ります。

今年は、感謝している大切な人に贈り物をしてはいかがでしょうか？



○閏日(うるうび・じゅんじつ)〈2月29日〉

2012年は閏日があります。

太陽暦で、2月29日のこと。

地球が太陽を一周する日数の端数を調節するため、4年に一度、1年を366日にする日で、2月28日の翌日に29日を加えます。

現在、世界の共通暦であるグレゴリオ暦では、次のように定めています。

1. 西暦年が4で割り切れる年は閏年。
2. 但し、西暦年が100で割り切れる年は平年。
3. 但し、西暦年が400で割り切れる年は閏年。



...4...

◆◆◆◆季節を楽しむ◆◆◆◆

節分「鬼は外～、福は内～」

豆まき

「まめ」は「魔目」「魔滅」とかけて、鬼に豆をぶつけて追い出そうという意味です。現在でも、節分には家庭や寺社で「鬼は外、福は内」と唱えながら豆まきをして厄除けし、幸せを願います。

○豆まきの仕方○

- ◎炒った大豆を升(ます)に入れ、神棚に上げておく
- ◎年男・年女、厄年の人、または家の主人が豆をまく
- ◎夜、家中の出入り口や窓を開けて、玄関から順に全ての部屋で豆まきをする
- ◎豆をまき終わったら、福を逃がさないように戸を閉める
- ◎自分の歳の数、厄年の方は歳よりひとつ多い数の豆を食べる(年取り豆)
- ◎豆にお湯を注いでお茶にして飲む(福茶)



恵方巻き(えほうまき)

大阪を中心とした節分行事です。『その年の恵方に向かい、休まず無言で巻き寿司を一本丸ごと食べると縁起が良い』とされます。巻き寿司なのは福を巻き込むという願いも込められ、「縁を切らない」よう一本まるごとでいただきます。

恵方〈2012年は北北西〉

その年の福德をつかさどる歳徳神のいる方位のことです。「明(あき)の方」「吉方(えほう・きっぽう)」ともいいます。その方位は、その年の十干(じっかん)によって決まります。その年の恵方にある神社仏閣に初詣をすることを恵方詣(えほうまいり)といいます。



...5...

旬の食材レシピ

わかめと長いもの酢の物

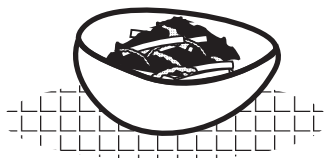
コレステロールや血圧が下がり、細胞の酸化を防ぐ

わかめは酢と和えるとやわらかくなり、コレステロールや血圧を下げるはたらきが高まります。また、わかめのぬめり成分は食物繊維の一種で、免疫力を高めるはたらきがあります。長いもには、消化吸収を高めるでんぷん分解酵素や抗酸化作用のあるサポニン、青じそには、抗酸化作用のあるβカロテンが含まれているため、細胞の酸化を防ぎます。

＜材料：2人分＞

生わかめ…… 20g
 長いも……… 50g
 青じそ……… 4枚
 かつおぶし… ひとつかみ
 しょうが汁… 大さじ1/2

A [酢 …… 30cc
 しょうゆ… 大さじ1
 酒 …… 大さじ1



＜作り方＞

- ① 生わかめはさっとゆで、食べやすい大きさに切ります。
- ② 長いもは皮をむき、細切りにします。
- ③ 青じそは干切りにします。
- ④ 鍋にAの調味料を入れて火にかけ、沸騰寸前に火を止め冷めたらしょうが汁を入れます。
- ⑤ ボウルに①、②、③、④、かつおぶしを入れ和えます。

2月 誕生花と花言葉

1日 マーガレット 恋占い	2日 ボケの花 妖精の輝き	3日 たねつけぼな 情熱	4日 サクラ草(赤) 独立	5日 シダ 愛らしさ	6日 いわれんげ 家事に勤勉
7日 わすれな草 私を 忘れないで	8日 ゆきのした 切実な愛情	9日 ラッパ水仙 生まれなが らの素質	10日 じんちようげ 栄光	11日 レモンバーム 同情	12日 アマリリス 素晴らしい 美
13日 カナリーグラス 辛抱強さ	14日 カモミール 逆境に耐える	15日 スイピー(白) デリケートな 喜び	16日 月桂樹 名誉	17日 野の草 自然の なつかしさ	18日 きんぼうげ 子供らしさ
19日 オークの花 歓待	20日 しゃくなげ 大志をいなく	21日 ネモフィラ どこでも成功	22日 フリージア(赤) 慈愛	23日 杏 乙女の はにかみ	24日 クロッカス 私を信じて ください
25日 ばら 移り気な愛	26日 福寿草 思い出	27日 オーニソガラム 純粋	28日 シンビジウム (緑) 野心	29日 はまかんざし 心づかい	



2月の誕生石と宝石言葉

《アメジスト：紫水晶》…高貴・誠実・心の平和