

四季の事物や年中行事などをまとめた書物。
 または、俳諧・俳句の季語を分類し、解説や
 例句などを示した書物。

この冊子では、移り変わる季節をより楽しむための
 ヒントを集めました。

☆7月-大雨(みみつき)-

多くの地方で梅雨が明け、本格的な暑さとなります。



はんげしょう

2014 7 2

夏至から数えて11日目頃にあたります。
 半夏(烏柄杓：カラスビシャク)という薬草が生える
 ことからつけられました。全国的に農繁期の終了期
 とされています。

しょうしょ

2014 7 7

暑さがどんどん強くなっていくという意味があり、
 この頃から暑さが本格的になります。



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

7 7

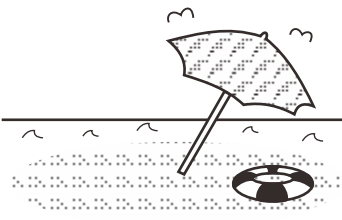
天の川の兩岸にへだてられた恋人同士の織姫(織女星:しょくじょぼし)と彦星(牽牛星:けんぎゅうぼし)が、一年に一度この日だけは会うことができるという中国の伝説に、日本古来の禊(みそぎ)や盆の行事が習合したといわれます。願い事を短冊に書いて笹に飾ってみましょう。



うみ ひ

2014 7

「海の恩恵に感謝すると共に、海洋国日本の繁栄を願う日」です。年によって日付が異なり、7月の第3月曜日とされています。



たいしょ

2014 7

梅雨明けの時期で、最も暑い頃という意味ですが、実際の暑さのピークはもう少し後になります。

どよう うし ひ

2014 7

夏の土用の丑の日は梅雨明けと重なることも多く、気候も体調も変化する時期です。そのため、夏バテをしないよう精のつくものを食べるようになり「土用うなぎ」「土用しじみ」「土用餅」などの言葉も生まれました。やがて丑の“う”にあわせて「う」のつくものを食べ、夏に負けないようにする風習となりました。年によっては、土用の期間に丑の日が2回訪れることもあります。この2回目の丑の日を「二の丑」といいます。

- 2 -



...

...

- **うなぎ**…疲労回復に効くビタミンB、エネルギー源となる脂質やたんぱく質が豊富です。
- **うどん**…夏バテで食欲のないときでも食べやすく、消化吸収に優れています。
- **梅干し**…梅の酸味で唾液の分泌が促進され、食欲不振対策におすす。エネルギー代謝を高める働きもあるので、疲労回復に役立ちます。
- **うり**…西瓜(すいか)、胡瓜(キュウリ)、冬瓜(とうがん)などの瓜類は、体内の余分な熱を冷ます効果があります。利尿作用もあるので、むくみ防止も期待できます。



神様にお供えをしてお祭りをする風習が中国から伝わり、お盆の時期と重なったことから、先祖供養とともにお正月から半年間無事に過ごせたことを祝い、両親や年長者に食物などを贈るようになりました。これが目上の人やお世話になった人などに贈り物をする、現在の「御中元」となりました。中元の贈り物は、7月初旬からお盆(7月15日)の前までに届けます。7月15日を過ぎる場合は「暑中御伺」とし、立秋以降は「残暑御伺」、旧盆(8月15日)以降は「粗品」として贈ります。

梅雨明け後、夏の土用の期間(2014年は7/20~立秋の前日8/6まで)に届けるのが一般的です。

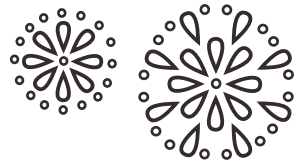
- 3 -

8月-葉月(はづき)-

立秋を迎え、暦の上では秋になりますが、まだまだ暑い日が続きます。月遅れでお盆を行うところが多く、各地で精霊供養に由来する催しが行われます。



りっしゅう



2014 8 7

朝夕が涼しくなり、秋の気配が立つ頃です。立春からちょうど半年が経過し、この日から立冬の前日までが秋です。暦の上では秋になりますが、日中はまだ残暑が厳しく、一年で最も気温が高くなる時期です。

しゅうせんきねんび

8 15

第二次世界大戦（太平洋戦争）が終結した日です。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、各地で平和を祈念する行事が開催されています。

ぼん

8 15)

正式には盂蘭盆会(うらぼんえ)といい、夏に祖先の霊を祀る行事です。元々は旧暦の7月15日を中心としたものでしたが、現在は月遅れにあたる8月15日が一般的になっています。

しよしよ

2014 8 23

暑さが和らぐという意味があります。厳しい暑さの峠を越し、朝夕は涼風が吹き始めます。山間部では早朝に白い露が降り始め秋の気配を感じます。

- 4 -

8月-葉月-

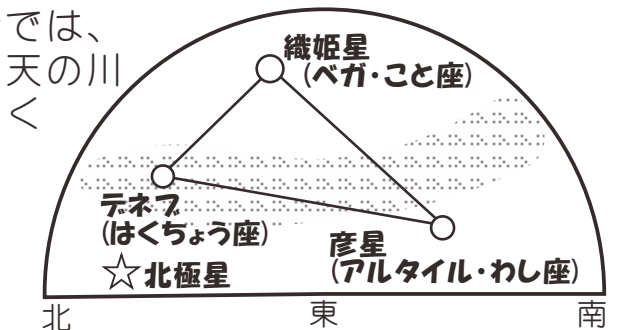


- ・ 向日葵(ひまわり)
- ・ 月見草
- ・ 朝顔(あさがお)
- ・ 百日草
- ・ アンズリウム
- ・ 銭葵(ぜにあおい)
- ・ ハイビスカス
- ・ 山百合



東を向いて天頂付近の空を見上げたとき「夏の大三角」が見えます。冬や春の大三角が正三角形に近いのに対し、夏の大三角は直角三角形に近い形をしています。

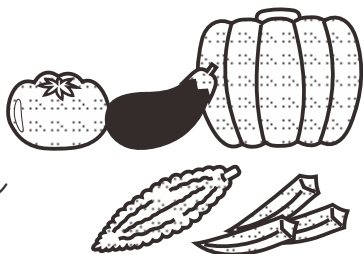
こと座のベガとわし座のアルタイルは七夕の物語に登場する「織姫」と「彦星」にあたります。星がよく見える場所では、この2つの星の間を天の川が流れているのがよく分かります。



(7月15日23:00頃/8月15日21:00頃)

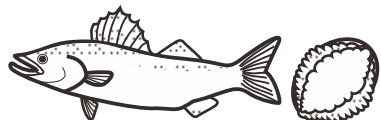
- 5 -

- ・トマト
- ・ゴーヤ
- ・冬瓜
- ・かぼちゃ
- ・枝豆
- ・オクラ
- ・ゴーヤ
- ・ナス
- ・とうもろこし

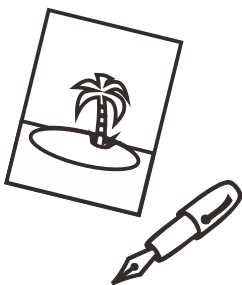


- ・桃
- ・無花果 (イチジク)
- ・スイカ

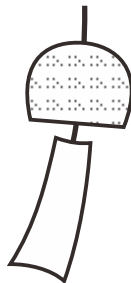
- ・スズキ
- ・カンパチ
- ・車エビ
- ・あわび



立秋を過ぎてから、処暑の頃
(8月7日～8月23日頃)までが目安です。

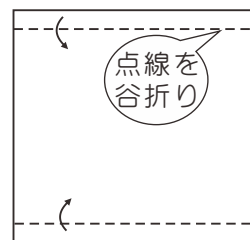


夏の風物詩の一つでもある風鈴。
あの優しい音は涼を誘うだけでなく、
心を穏やかにしてくれます。
昔は音の鳴り方で吉凶を占ったり、
魔除けとして使われていたそうです。

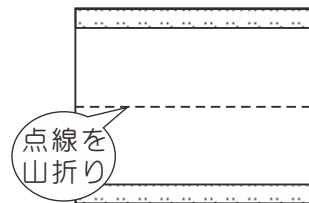


※両面折り紙を使います。

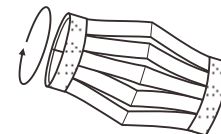
①正方形の色紙の
下を少しずつ
折り返して裏の
色を出しておく



②横半分に
山折りに折って、
輪になった方から
折り返した手前まで
を等間隔に切る



③開いて端どうしを貼り
合わせて円筒形にする

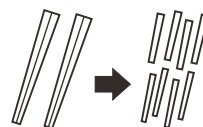


しょうりょううま

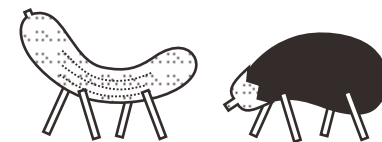
先祖の霊はキュウリの馬に乗り、ナスの牛に荷物を持たせて、
この世とあの世を行き来します。また、来るときは馬に乗って
少しでも早く、帰るときは牛に乗って少しでもゆっくりと、
という気持ちの表れであるといわれています。乗り心地がよいよ
うに、上手に作りましょう。

●材料● キュウリ…1本 ナス…1本 割りばし…2組程度

●作り方●



①割りばしを適当な長さにカットし、
8本の足を準備する



②キュウリとナスそれぞれに、
バランスよく足をさす