



絆だより

(平成24年10月)
秋号



朝夕 ようやくしのぎやすくなり、
 外を見ると、コスモスが咲き、キモクセイも香ります。
 もうすぐ山も色づいてくる季節となりました。
 朝、晩と昼の温度差があり、皆様、
 体調は いかがですか？
 カゼなどひかないようご注意下さい。



さて、今回は、秋の七草について述べたいと
 思います。

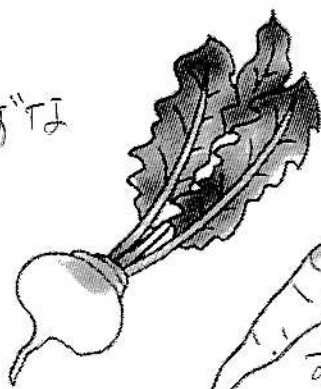
皆様、秋の七草をご存じでしょうか？

春の七草はよく耳にすると思いますが...

基本的には違ひは、春の七草は食べるものですが、秋の
 七草は見て楽しむ事を主に選ばれているそうです。

<春の七草>

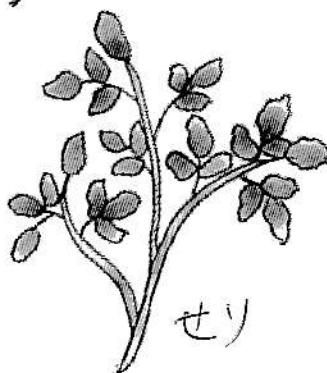
あがた



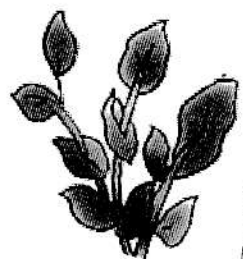
あらし



せり



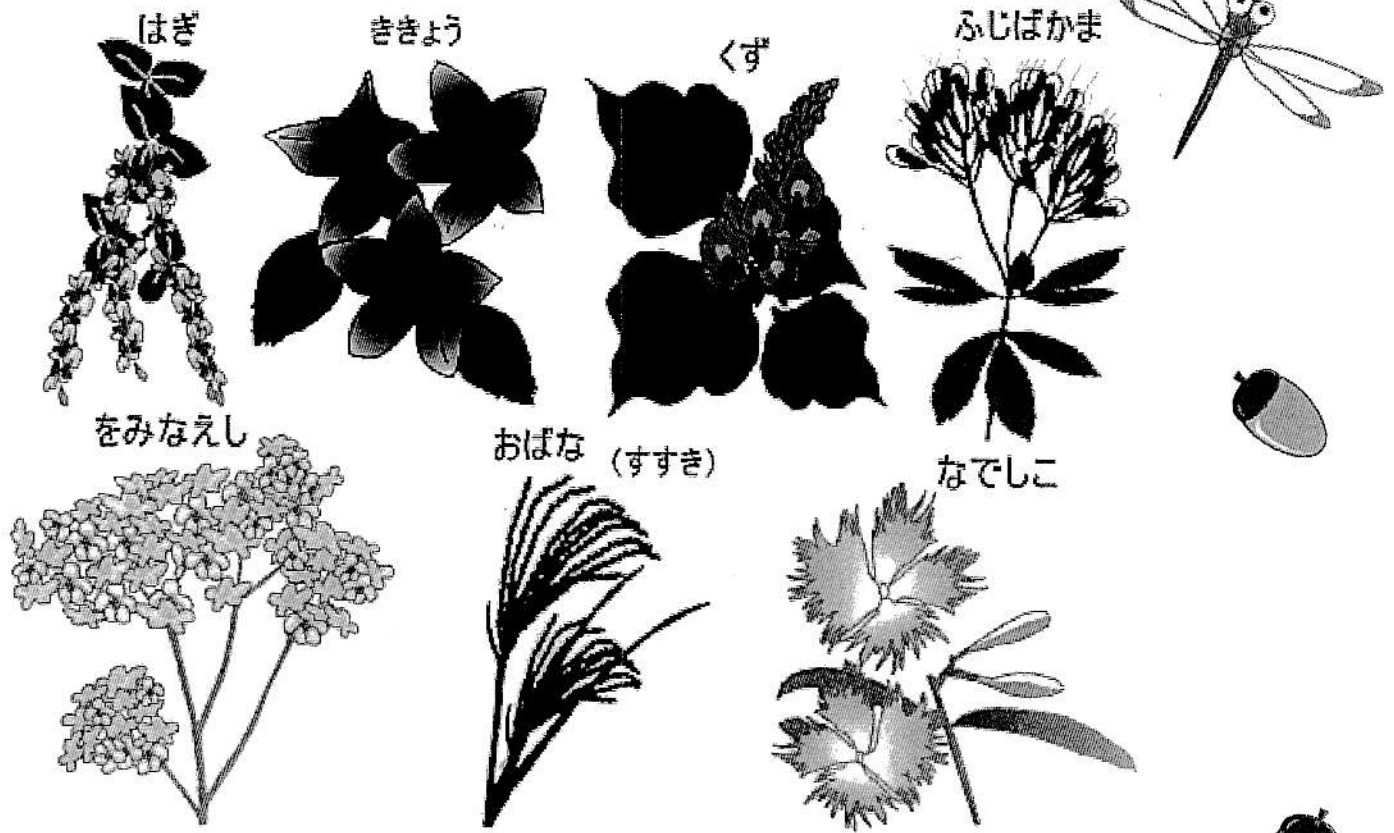
ほととぎす



たがひ



< 秋の七草 >



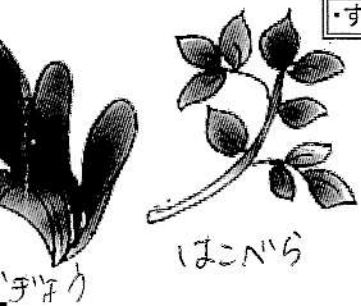
■秋の七草とは、？

・はぎ	・マメ科ハギ属の総称。萩	・夏期7～9月：ピンク色、または白色の花
・おばな	・イネ科の多年草。すすき、尾花	・穂が獣の尾のように見えるところから、尾花とも呼ばれる。
・くず	・マメ科の多年草。葛	・花期7～9月：根は、薬用にも、料理やお菓子にも使われます。
・なでしこ	・ナデシコ科の多年草。撫子	・花期6～11月：日本女性の清楚な美しさは、この花の代名詞。
・おみなえし	・オミナエシ科の多年草。女郎花	・花期6～9月：薬用、鑑賞用にも使われていました。
・ふじばかま	・キク科の多年草。藤袴	・花期8～11月：由来は、花が藤色、花弁が袴の形としているところからです。
・ききょう	・キキョウ科の多年草。桔梗	・花期6～8月：根は痰(たん)をきり、咳を鎮めます。

秋の七草は、花がキレイなだけで「ほろく、くず」、をみなえし、ききょう等は、その根や葉などは薬用としても使用されているようです。

■春の七草とは、？

・せり	・セリ科の多年草：田んぼの畦道や湿地に自生している。	・効能：消化を助け黄疸をなくす。
・なずな	・別名：ぺんぺんぐさ。アブラナ科の越年草。	・効能：視力、五臓に効果。
・ごぎょう	・ハハコグサの異名。キク科の越年草。	・効能：吐き気、痰、解熱に効果。
・はこべら	・別名：はこべ、朝しらげ。なでしこ科の越年草	・効能：歯茎、排尿に効果。
・ほとけのざ	・タビラコの別名。キク科の2年草。田んぼの畦道などに自生。	・効能：歯痛に効果。
・すずな	・別名：蕪、かぶら	・消化促進、しもやけ、そばかす。
・すずしろ	・大根の別名。	・胃を健康に、咳止め、神経痛。



春の七草粥は、邪気をほらい、無病息災として食べられます。しかし一方で、おせら料理などで疲れた胃を休めるのと、冬場の不足しかりな野菜の栄養素を補う効果もあるようです。



★ 秋の七草の由来 ★



秋の野に 咲きたる花を 指折りぬき数ふれば
(あきひ"エリ)
 七草の花

秋の花 尾花 葛花 撫子(なでこ)の花 女郎花 また 藤袴(ふじばこ)
 朝顔(あしな)の花



この2つの歌は、山上憶良が詠んでいます。

万葉集にのっているこの2首の歌がその由来とされているようです。

◎ 朝顔 ⇒ 「朝顔」ではなく「桔梗」を込めているようです。

ちなみに... 実は「夏の七草」もあるようです。

1945年6月、日本学術振興会学術部、野生植物活用研究
 小委員会が、戦時中の食糧難の時期にも食べられる植物として
 『アカサ、イコツチ、ヒユ、スバツヒユ、シロツクサ、ヒメシヨホ、
 ツユクサ』を夏の七草として選定しているようです。



皆様のおかげで、当事業所 ハルハローステーションは
 1周年を迎えることができました。あつがとうございます。
 今後ともよろしくお願ひ致します。
 今後の予定としては、12月にあもろつき大会を考えて
 います。
 また、ホーローの立ちあげについても近々考えています。
 決定次第またお伝え致します。

感謝