



月ヶ瀬公民館だより

公益財団法人奈良市生涯学習財団
月ヶ瀬公民館
奈良市月ヶ瀬尾山 2815 番地
TEL&FAX 0743-92-0346
発行人 館長 藤田美佳

土用

早くも半年が過ぎました。落ち着かない日々が続くまま、あっという間に時間が流れたような気がします。体や心への負担の大きい日常を送ることになり、子どもも大人も疲れを感じる頃かと思います。梅雨時の不調であったり、熱中症であったり、この時季は例年でも体に堪える時季であります。

夏の土用は、二十四節気の大暑に重なり、非常に暑くなる時期です。そんな土用の頃には、滋養に良いものを食す「食い養生」という風習があり、土用丑の日の鰻や土用餅が知られています。

丑の日に食されるのは鰻だけではなく、「う」のつく食べ物とされており、梅干しもその一つです。また瓜：胡瓜（きゅうり）・西瓜（すいか）・南瓜（かぼちゃ）・冬瓜（とうがん）・苦瓜（にがうり）は、夏が旬で、体の熱をとったり、利尿作用を促したりして体のバランスを整えるのに適しているといわれています。

土用餅は、その昔、宮中で、暑気あたりをしないよう、ガガイモ（「蘿摩、鏡芋、茺蘭」はキョウチクトウ科のつる性多年草）の葉を煮出した汁で、餅米の粉を練って丸めた餅を味噌汁に入れて、土用の入りに食す風習があったことに由来しています。江戸期以降は、餅を小豆餡でくるんだあんころ餅に変わりました。お餅は力餅、小豆は厄除けに通じるため、土用餅を食べると、暑さに負けず無病息災で過ごせるといわれています。

ちなみに土用は、ブリタニカ国際大百科事典によれば、下記のように解説があります。

雑節の一つで立夏、立秋、立冬、立春直前の18日間ずつをさす。中国古来の五行説によれば、宇宙の万物は木、火、土、金、水の5つの元素で組成されているといわれ、木の方位は東で春を、火の方位は南で夏を、金の方位は西で秋を、水の方位は北で冬をそれぞれ表し、土は中央で四季の主であるという。この場合、土を表す季節がないため、春、夏、秋、冬の土用を定め、それにあてている。現行暦では太陽の黄経が27°、117°、207°、297°になった日をそれぞれ春、夏、秋、冬の土用の入りと定めて暦に記入している。実際には、夏の土用だけが土用の丑の日、土用干し、土用波などといわれて、一般社会に親しまれている。

想いもよらぬ困難が訪れた時に、意地になって気力・体力を消耗させながら抗い、疲弊するのではなく、どう向き合い・付き合うのか、共生の心もちで、物事を見つめる視点と、家族や仲間と語らうひとときをもちながら、共に考え、助け合っていけたら、心と体の重荷が少しは楽になる気がします。

こんな講座がありました！ 茶芽っ子クラブ 7月11日 ジャがいもほり

5月に予定していた「フキ俵づくり」講座が、コロナウイルス感染症の感染拡大防止による閉館期間中で実施できなかったため、ロマンTOPIA月ヶ瀬のみなさんに協力いただき、計画を変更し、「じゃがいもほり」をしました。家族で参加可能としましたので、多くの方の申込みを頂きましたが、当日はあいにくの天候で、午前中の予定を急ぎよ午後に変更したため、3家族の参加となりました。たくさんのおいしいじゃがいもがとれて、大満足の楽しいひとときとなりました！





図書室だより



ようやく図書室に日常が戻ってきました。週末に勉強に来る高校生たち、バンビーホームからやってくる小学生たちをはじめ、いつもの光景を目にするごとにホッとする気持ちです。

なお、貸出図書に関しては、奈良県立図書情報館の対応を参考にさせていただき、貸出後、返却された図書は、3日間ボックスで保管してから本棚に戻しています。

以下、今月も職員による新刊の図書紹介をしますので、利用の際に参考になればと思います。

今村夏子「むらさきのスカートの女」～第161回 芥川賞受賞作～

近所に住む「むらさきのスカートの女」と呼ばれる女性のことが気になってしかたない〈わたし〉は彼女とともにだちになるため、同じ職場になるよう誘導し、観察する。「むらさきのスカートの女」の行動や、気持ち、やさしさが人間味があって、面白い。毎日変わりなく過ぎる日常と、事件の主人公になる紙一重のおもしろさも感じた。(上田久仁子)

中川翔子「死ぬんじゃねーぞ!!」

いじめられて不登校になった中川翔子が、死にたかった夜の先に見つけた気持ちや、いじめで傷つき悩む人へ言葉が詰まった本。本人の話は20年前のこと。時代が変わりいじめの内容も変化している事を理解するため、最近までいじめにあってたという方えのインタビューも行い、リアルな状況がわかった。すべてのおとなにも読んでほしいと感じた。(上田久仁子)

サビーナ・ラデヴァ作・絵 福岡伸一訳 ダーウィンの「種の起源」はじめての進化論

ひとつひとつのイラストがすべて美しい絵本。「いきものは、じぶんが生き残るためにいろいろな方法で競争をしている」。チャールズ・ダーウィンの名著を誰もが楽しんで読める絵本にしたもの。生物学の基本と未知を考える美しい絵本から、進化論を学んでみよう。自然科学は難しいと頭でっかちになっている大人にこそ読んでほしい一冊。(藤田美佳)

移動図書館



毎月第3金曜日 13時10分～13時50分

前年度までと時間が異なりますので、ご注意ください。

1カ月、1人10冊まで借りられます。



【8月の講座予定】

8/1 (土) 10:00-11:00

茶芽っ子クラブ・竹細工

8/12 (水) 19:00-20:30

茶芽っ子クラブ・夏の星空を
見てみよう (家族参加可)

延期 8/14 (金) 10:00-12:00

なつやすみえいがまつり

コロナウイルス感染症の感染拡大防止と熱中症対策のため延期
します。

月ヶ瀬俳句会【六月】	父さんの帰路待つ角や青蛙	節子
草刈りの後に一気のソーダ水	新哉	雍子
荒梅雨や今朝のからすの掠れ声	旅人	月城
端居する一番星の点るまで	かつ野	すま
生き延びてコロナ五月の暦剥ぐ	残照	昭子
残されて枝に軽やか蛇の衣	繁夫	ちず子
誘ひ来て目が物を言ふ夏マスク	孝雄	ますみ
蛭待つ蛍袋の咲くまでに	卓	和代
麦の秋黄金色に出来不出来	利明	ふみ子
名を呼べば猫がふり向く夏帽子	由姫子	
深水の紫陽花の彩蘇り		
歯応へのあるもの美味し夏わらび		
十薬は踏まずバイクの郵便夫		
アカンサス一万円の札の隅		
野鳥声に明けゆく里の朝		
樹の幹に線路造りてかたつむり		
紫陽花の道の彩り里のバス		
婆ちゃんの笑顔大好き夏に入る		

