

一月七日の「七草／七種(なくさ)」は、万病から身を守るおまじないとして「春の七草」を刻んで入れた七草粥を食べる日として知られていました。おまじないとしてだけでなく、おせち料理で疲れた胃を休め、野菜が乏しい冬場に不足しがちな栄養素を補う意味もあります。

七草粥の用意は本来、前の晩から始まるそうです。六日の晩に七草をまな板にのせ、鹽(はやし)歌を歌いながら包丁で叩き、それを水に浸しておいて翌朝お粥に入れるのです。

この日、何の日?
七草の当日には、七草粥を作る前に「七草爪(なくさつめ)」という習わしを行うのをご存じでしょうか。七草爪

とは新年に初めて爪を切る日のこと。暮れの片付けに取りかかる前に切った爪は、ちょうど七日あたりが切り頃だということ、新年初の爪切りは七日の七草爪と決まっていたそうです。

といっても、ただ爪を切るのではありません。前の晩に七草を浸しておいた水に両手をつけ、爪をやわらかくしてから切るのです。するとその年は風邪をひかない、病気になるまいという言い伝えがあり、邪気払いのおまじないでもありました。その七草爪に由来するのが一月七日の「爪切りの日」です。

一年の無病息災を願う七草粥と七草爪。今では形式的なものになりつつありますが、昔の風習に込められた意味を再確認すると暮らしの知恵になりそうです。

おめでとうございます

昨年、1・2月号から日々楽々をご購読の皆さまにビンゴゲームを行って来ました。今回は、5名さまがビンゴになり当選されました。おめでとうございます。2年連続で当選した方もいらっしゃいました。今年度は、発表数字6個+1個プラス1個は、新聞の中に掲載いたしますので、毎回お見逃しなくご覧ください!



今回の当選数は先着6人までとさせていただきます。景品は1・2位3,600円相当の洗剤セット 3・4位2,600円相当の洗剤セット 5・6位1,500円相当の洗剤セット



平成22年第1回目の数字は... (一軒あたり一枚発行のみとさせていただきます) 当選者の方は、弊社にご連絡ください。商品は、受け取りに来てください。

74・18・27・20・73・64・?

リフォームもできる身近な水道屋さん
浅間設備工業株式会社

☎0267-67-4130
☎080-5108-1593
FAX 0267-68-5831
E-mail info@asamasetubi.co.jp
住所 佐久市岩村田住吉町159-3



いつでも
お越しください

しあわせへの第一歩

明けましておめでとございます。昨年、三十代後半以降の方にとっては、懐かしのCMが話題になりました。

しあわせって
なんだっけ
なんだっけ
おなじみのキッコーマンのCMです。オリジナルバージョンが放送された当時はパブル景気の真っ只中。なんと23年ぶりの復活でした。

思い出してみてください。空前の好景気に浮かっていたあの頃、まだ若かりし明石家さんまさんの、「しあわせってなんだっけ?」
「しあわせってなんだっけ?」
という問いかけに、あなたは何を思ったでしょう。
男女雇用機会均等法が制定

され(1986年)、「昭和」から「平成」へと元号が改まり、日経平均株価が史上最高値38915円を記録し、消費税が導入され(1989年)、今思えばこのあたりをピークに景気は折り返し、徐々にパブル経済が崩壊し始めました。その20年後に、まさか大不況が訪れるなど誰が想像したでしょう。

そして昨年、100年に一度の大嵐が吹く中で、今ではすっかり大人の男性になられたさんまさんが、私たちに再び投げかけました。
「しあわせってなんだっけ?」

古今東西、昔から、いろいろな人たちが「しあわせってなんだっけ?」と考えてきました。
*幸福とは心の習慣である

(マックスウェル・マルツ)「しあわせはいつもじぶんのこころがきめる(相田みつを)

*幸福は常に努力する生活の中にのみあるのだ(石川達三)
*幸せは点ではなく、長い線の上にある(レオ・バスカリア)

*どんな気持ちでどんな生活をしているか、それが人の幸福を決める(D・ノルト)

「幸福は行為である」と言ったのは、古代ギリシャの哲学者アリストテレスです。しあわせはどこかに「ある」ものではなく、しあわせに「なる」ために人は生きているのです。う。

しあわせは人それぞれ。そして、「しあわせだな」と自覚しなければ実感できません。だから時々、



「しあわせってなんだっけ?」
と自分に問いかけて、「私はしあわせだなあ」としみじみ自覚することが大切なかもしれません。人間の脳は質問に答えるようになっていて、しかも暗示に弱く、言われた通りのことを考えやすいのだとか。「私はしあわせだ」と思い込むことが、しあわせへの第一歩かもしれないというわけです。
新年の清々しい気分とは裏腹な世の中ですが、まずは無事に新年を迎えられたことへの感謝から1年を始めたいものですね。