

お薦め本

「日本の四季と暦」

—旧暦で知る日本の豊かな12か月

Gakken 税込580円

本田 海太郎 推薦

季節のトピックスや記事を見て、いろいろ調べているうちに、二十四節気と七十二候の存在を知りました。

俳句や和歌をたしなむ方は、もちろんご存じだと思います。

四季の移ろいに従って生きる人間にとって暦は大切なもの。

古代中国において1年を24等分する二十四節気。(四季を6等分して二十四節気とも。)

さらにそれぞれの節気を3つに細分する七十二候が考案されました。

これが日本でも受け入れられ、日本の気候風土に合わせた形で今日に受け継がれています。

彩りあふれる日本の春夏秋冬を暦とともにたどる内容になっています。

立春に始まり、大寒で終わる二十四節気。

この本の「大寒」の内容を抜粋してみると、

「字面からわかるように、1年で最も寒さが厳しい頃のこと。二十四節気の最後で、年間最低気温を記録するのは、この時期であることがほとんどである。凍り豆腐や酒、味噌などを仕込むのに最適な時期ともされる。

冬と言えば「こたつにミカン」。そんな言葉さえ生まれるくらい、ミカンは冬の果物の代表選手として不動の地位を築いている。この果物には風邪の予防をはじめ、さまざまな効果があるとされる。また漢方では成熟する前の皮を乾燥させたものを青皮、成熟してから乾燥させたものを陳皮と呼び、前者には発汗や去寒、後者には健胃作用や抗炎症作用などがあるされている。

なお中国東北部や朝鮮半島には、「三寒四温」という諺がある。寒い日が三日くらい続いたあとに、比較的温暖な日が4日くらいつづき、それが繰り返すこの時期特有の現象を示す言葉だが、日本にはあてはまらず、ひと冬に一度あるかないかという程度である。」

という内容で始まり、大寒の三つの候である「款冬華(ふきのはなさく)」、「水沢腹堅(さわみずこおりつめる)」、「鶏始乳(にわとりはじめてとやにつく)」の解説が続きます。

ほかにも、1月に行われる「鶯(ウソ)替え神事」や春一番に開花する「福寿草」、「節分」と「恵方巻」などに触れています。

こうして太字にした項目をみると、今後テレビや新聞・雑誌が季節のニュースで取り上げるであろう内容が想像できるのではないのでしょうか。

このあとに、2月4日の立春を迎えるわけです。

A5版で小さく、廉価である点もお薦めです。

わたしは、Amazonのネット通販で購入しました。(送料無料)