

# 4月 さくらら診報

令和2年4月1日発行 第195号

令和に入って初めての新年度が始まります。

この号が出ている頃には新型コロナウイルスの一連の騒動が落ち着いている事を願っていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

四月に入ると清明と呼ばれる時期に入ります。

二十四節気の一つで、「清浄明潔(しょうじょうめいけつ)」を略したものです。

その意味は「すべてのものが清々しく輝く」という意味があります。

期間は四月四日から、次の節気である穀雨の前日までです。

この時期は草木が茂って花が咲き、空気が澄み、すべてのものが清々しく鮮やかに見える頃です。

この時期は、お花見に良いとも言われています。

二十四節気とは、古代中国の戦国時代の頃に季節を春夏秋冬の様に区分する考える方法の一つです。

中国の中原と呼ばれる地域の気候をもとにして考えられたものなので、日本で体感する気候とは季節感が合わない名称や時期があります。

現代の日本でも季節を区分する暦として用いられていますが、考案した中国では、季節の区分では無く、行事を行う時期でもありました。

中国では清明節(せいめいせつ)と呼ばれ、先祖を敬う日でした。

どこか日本のお彼岸に似ている所がありますね。

また、踏青節(とうせいせつ)とも呼ばれ、郊外を散策する日でもありました。

お茶の等級にも影響を与えており、中国茶では清明節に近い時期に摘む茶葉ほど香りと甘みがあり、高級であるとされています。

沖縄県では年中行事で、ご先祖様に重箱に詰めた料理や果物等を捧げて、集まった親族で宴会をします。

この行事を清明祭(シーミー)、または御清明(ウシーミー)と言います。

この重箱に入れる料理の名前はウサンミと呼ばれ、家族の中で最高齢の方が中心になって準備を行います。

今回は清明についてのお話でした。

まだまだ季節の変わり目の時期なので、体調を崩す事の無いようにお身体に気をつけてお過ごしください。

ミレニアム桜台通所リハビリテーション職員 古賀野 倫史



## 桜の豆知識

日本人にとって、お祝い事などにも使いたい特別な花、桜のお話をさせていただきます。

### 🌸ソメイヨシノは雑種でクローン？！

ソメイヨシノは、園芸用に2つの品種が掛け合わされた雑種で、エドヒガンザクラとオオシマザクラが交配してできたものと言われています。

ソメイヨシノ同士を掛け合わせても種をつくる事ができないため、接ぎ木や挿し木をして繁殖をする方法なのです。これはまさしくクローンですよ。今、日本で咲いているソメイヨシノは単一のクローンということとなります！

### 🌸桜の葉には毒がある？！

桜の葉にはクマリンという毒があります。クマリンと名前がかわいらしいですが、この桜の葉っぱには意味があるのです。それは雨の日などに葉が落ちることで毒をあたりにまき、雑草が育つことを防ぐ役割があります。かわいい花にはトゲがあるなんて言いますが、桜は毒ですからね。驚きです。

ひとつ心配なのが桜の葉が付いている桜餅ですが、クマリンはごく少量で問題はないそうです。ご安心ください。

### 🌸3色団子の意味は？

ピンク・桜の花で春 白・雪の色で白 緑・新緑の色で夏 を表しています。

しかし、この中に秋がありません。秋がないのはなぜなのでしょう。

これは『秋がない』ということで『飽きがこない』。つまり、食べ『飽きない』という言葉遊びが入っているそうです。なるほど！

### 🌸桜の語原は？

古事記などに登場する『コノハナサクヤヒメ』という美しいお姫様が語原という説があります。

美しいお姫様が語原なんて、本当に日本人は昔から桜が好きなのですね。

ミレニアム事務 藤森

## 阿部クリニック令和2年4月外来予定表

日	曜日	午前		午後	日	曜日	午前		午後
1	水	中村	須藤	中村	16	木	須藤	吉田	飯島
2	木	須藤	吉田	飯島	17	金	中村	川嶋	中村
3	金	中村	川嶋	中村	18	土	飯島	須藤	
4	土	飯島			19	日			
5	日				20	月	中村	須藤	須藤
6	月	中村	須藤	須藤	21	火	小島	高橋	中村
7	火	小島	高橋	中村	22	水	中村	須藤	中村
8	水	中村	須藤	中村	23	木	須藤	吉田	飯島
9	木	須藤	吉田	飯島	24	金	中村	川嶋	中村
10	金	中村	川嶋	中村	25	土	中村		
11	土	中村			26	日			
12	日				27	月	中村	須藤	須藤
13	月	中村	須藤	須藤	28	火	小島	高橋	中村
14	火	小島	高橋	中村	29	水			
15	水	中村	須藤	中村	30	木	須藤	吉田	飯島

\* 整形外科（金）午前

\* 漢方外来（火）午前

\* 皮膚科（木）午前

\* 胃内視鏡・超音波検査（月・水）午前 練馬区胃がん検診（内視鏡専門医）

担当医は、学会等の都合により、代診・休診の場合がございます

\* 訪問診療ご相談ください

発行：医療法人財団 秀行会

練馬区桜台2-1-13

広報委員会