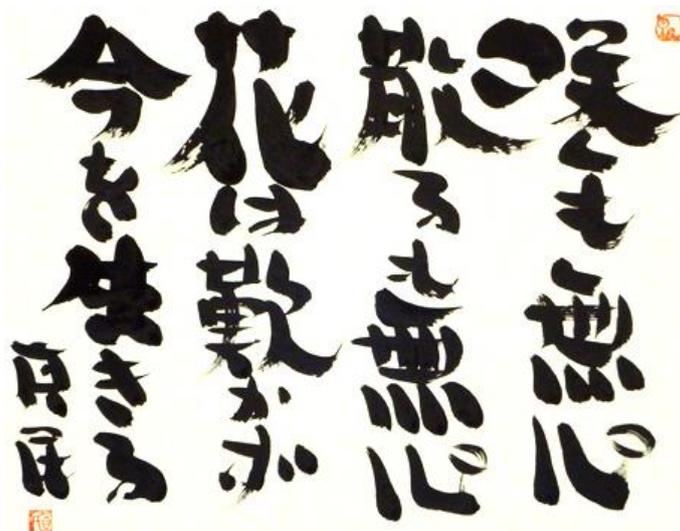




笑門には 福来たる

(株)日本交通社
発行人 光田秀之
☎089-946-3911



坂村真民記念館 (砥部町)

梅干しの日

明朗・愛和・喜働

七月三〇日は梅干しの日です。昔から「梅はその日の難逃れ」と言われてきたため、「七(なん)が三〇(さる)」の語呂合わせにより制定されました。

朝に梅干しを食べることで、体調不良やそれによって起こる事故など、その日一日の災難から逃れることができる、といった意味があります。

平安時代には、村上天皇が当時流行していた疫病にかかり、治療のために梅干しと昆布を入れたお茶で病を克服したことが文献に記されています。

また、戦国時代には兵糧に用いられました。梅干しは兵士の疲れを取り、軽くかさばらず日もちもよいので、大変重宝されたようです。

梅干しは、クエン酸による疲労回復効果、防腐作用による食あたり予防、さらには唾液や胃酸の分泌を促進し、消化吸収を助けるなど、多くの効能が明らかになっています。暑い夏場には熱中症予防にも有効です。

昔から受け継がれてきた先人の知恵である梅干しを活用するなど、暑い夏でも元気に働けるよう、体を労り健康に過ごしたいものです。

◆体調管理に努めましょう

「職場の教養」より

おいしい山形空港・おいしい庄内空港 (山形県東根市) (山形県酒田市・鶴岡市)

かたや、山形市中心部から北へ20kmほどに位置する山形空港。こなた、日本海に面した庄内平野に位置する庄内空港。車の道のりで100km近く離れている両者だが、なんと愛称が同じ「おいしい」なのだ。人も食も文化も自然もすべてが「おいしい」ことを表現したそうだが、このふたつを間違えでもしたら飛行機に乗り遅れてしまうかも……。実際、「県民の声」として「間違えて逆の空港に行ってしまった人がいる」という投書が県庁に寄せられている。

日本再発見!



保親さんの人生万感

団塊の世代も老いて平成が

駆け足で去り令和の御世に

死ぬまでは生きているから案じるな

僧侶は笑って悟りを語る

暑い時は暑い

暑いから暑く、寒いから寒い。天候や気候は、人の思い通りにはならない。囚われる心を捨て、そのまま受けとめよう。

