

発行人 医療法人社団
すんとおる
沼津市高沢町6-1
TEL 055-922-8855
URL http://www.sunto-seikei.jp

まだまだ昼間は暑いですが朝夜との気温差があるので
上着を一枚持て出かけるなどして風邪をひかないようにし
ましょう!! 手洗い・うがいも忘れずに!!
今日は、外来受付の松野さんによる「四季」についての新聞です☆

二十四節気・七十二候 受付: 松野

私たちが住んでいる日本には美しい四季があります。
春・夏・秋・冬... 折々の豊かな表情は日々の生活に彩りを
与えます。日本人は昔から季節感を大切にして暮らしの中に取り
入れてきました。そのよりどころになったのが「二十四節気」です。
地球から見た太陽の通過道「黄道」360度を15度ずつ14に
区切り、そのひとつひとつに節気を配して四季の移り変わ
りを表したものです。ひとつの節気は15日程度になります。
昔の人は月の満ち欠けを基準にした太陰暦を使っていた為

太陽の位置と暦の日付の関係に次第にズレが生じま
した。そのため二十四節気を使って生活に必要な季節感を補
っていたと考えられます。
一方、二十四節気ひとつひとつをさらに三区分し、季節
の風物を言葉で表現したものが「七十二候」です。こちらは
だいたい5日単位でその季節の特徴的な自然現象を意
味する名前がつけられています。
...と説明してきましたが、みなさんは好きな季節はあ
りませんか？ 私は夏が一番好きです。理由は夏は手垢
と、ひまわりが好きだからです。ただ、今年の夏は猛暑
でした。お盆、あまの暑さに少し夏をキライになってしまっ
た。そんな猛暑日が続いた8月のとある日、バーベキュー
を行いました。とにかく暑く、汗が止まらない!! 入念に塗った
日焼け止めは汗とともに流れ、またく意味がなかった。
日焼けしまい!! と今年は頑張っていたのに...
うだるような暑さの中、火をおこし、肉を焼き、参加したことを
後悔した1日でした。ただ、お肉がとびきりおいしかったこ
とや肉好きの私にとって唯一の救いでした。バーベキューは
涼しい時期にやるべし!! と学習した1日でした。

インフルエンザ予防接種 実施中です!!