

今月の山柳



年に一度、先祖の霊が帰って来るお盆。

今は亡き父母を偲び、少なくとも兄弟で、過ぎし日の思い出語り合う。この絆を何時までも大切にしたい。

お盆には 絆の風が吹いて来る 八女川柳会 安達 昇



今月の色

紅(呉藍)色 視覚デザイン研究所 「和の色のものがたり」より



紅花の濃染。王侯貴族の紅花染の愛好が最高潮となった平安時代からの色名。

ドブに落ちてても根のある奴はいつかは蓮の花と咲く(男はつらいよ)

祖母(明治27年生)は信心深い人だった。明治生まれの女性には、年輪を稠密に重ねた老木のような凜とした身についた暮らしの秩序があった。朝晩のお勤めを欠かすことはなく、時折り祖母と並んで座るお仏壇の前、ろうそくの炎が一瞬ポット明るくなると、ご先祖様が喜んでいなさる。線香の煙りがまっすぐ昇る時、この世とお浄土を結んでいるのだと教えてくれた。13日に先祖の霊を迎え、15日に精霊さんを送る。何とやさしい風習であらう。日頃の不信心を詫びて今年一杯お勤めをしよう。せっかく提灯、仏壇の聖地に暮らしているのだから。先ずはホコリを被った提灯を出そう。



八女市津江 濱崎 文江

「濱ちゃん、そんなに絵を見るのが好きなら、描くのも好きやろ? 何か描いてみたら」

絵画展に誘った友達の一言が、私の背中を押しました。

翌週訪れた教室には、皆さんの明るい笑顔と楽しい会話が溢れ、中島先生の優しいまなざしに包まれていました。

初めて描いたのは菊の花、花の一輪一輪が違ふこと、違ふ美しさに描くことを学びました。先輩方の繊細な美しい絵、動き流れる迫力ある絵等を鑑賞し合い、その周知な準備と熱意に感服、刺激と教えを受けながら練習の日々です。

今年、卒寿を迎える母が、「ほう、ようできたやんね」と、できた作品と一緒に喜んでくれることも、私の励みであり楽しみです。

八女茶で健康 第13回 冷茶を楽しもう

暑い時期を迎えて最近、冷やして飲む緑茶の話題が多くなりました。

お茶屋さんでは、「水出し緑茶」、「冷茶用緑茶」、「アイスティ用緑茶」等種類も増やし、消費者がわかりやすく手軽に楽しめるよう並べられています。

写真の茶の水色が少し緑色なのは、茶葉を摘採する前に太陽の光を遮ぎり、茶葉の緑を濃くすると併せて、茶葉を破碎することで茶葉が細かい緑の粒子となっているからです。黄色い水色のお茶は、摘採前に太陽の光をいっぱい浴びているものになります。どのように淹れたがよいかは様々ですが、総じて冷茶は自由に淹れても失敗はないものです。

黄色い水色のお茶を緑色にして楽しみたい方は、すり鉢等で粉にすることにより多少緑色になります。

写真1は、左はもともと黄色い水色の茶葉をそのまま急須で淹れたもの。右は同じ茶葉をすり鉢で粉にして淹れたものです。ずいぶん見た感じが違うものになります。



写真1 同じ茶葉でも水色は異なる 福岡県茶生産団体連合会事務局長 仁田原 寿一

健康よもやま話 19



●夏型過敏性肺炎

カビや細菌、タンパク質などの有機物質に対してアレルギー反応が起こり、肺の間質に炎症が生じるものを総称して過敏性肺炎(=現在では、50以上もの過敏性肺炎が知られています。)といい、アレルギーの原因や病気を引き起こす生活環境などにより、さまざまな病名がついています。

なかでも、住宅内のカビが原因で起こる「夏型過敏性肺炎」は日本の過敏性肺炎の7割以上を占める代表的なものです。これは湿気の多い台所や洗面所・浴室の腐木やマット、またはエアコンの内部などに繁殖した“トリコスポロン”というカビの胞子を日常的に吸い込むことで起こります。カビが繁殖しやすい高温多湿の夏を中心とした季節(6~10月)をピークに発症しやすいので、この名がついているのです。

どのような人でもかかる可能性はありますが、特に在宅時間の長い専業主婦に多く見られます。多くは「発熱、咳・痰、倦怠感」などの軽い症状から始まります。風邪の症状と似ているために“夏風邪”と考えられてしまうことも多いようですが、夏型過敏性肺炎はカビが抗原となって引き起こされるアレルギー反応です。カビを吸入してから症状が出現するまである程度の時間(5~10時間)が必要で、それが特徴でもあります。

軽い場合には入院して抗原になっているカビから隔離するだけで症状はとれますが、問題は患者さんの居住環境からのカビの除去です。そのまま帰宅させれば症状が再発するのは必定であり、何らかの対策が不可欠です。実際には、畳替えや市販の防カビ剤の散布程度ではあまり効果がなく、転居や部分改築が必要になることもあります。

「毎年、夏の初め頃から咳や発熱などの症状が続いてなかなか治らないのですが、外泊したときは咳や痰も少なく、息苦しさも軽くなるんですよ。」と言う人は、念のため夏型過敏性肺炎を疑い、早目に受診してください。



姫野病院：松浦 緑郎 (健康管理士一般指導員)

野鳥ウォッチング 19 キジバト

山野にすむハト科の留鳥で、ヤマバトとも呼んでいます。周辺には、3種類(他、アオバト、ドバト)がいます。

キジバトは「デデッポーポー」と鳴きます。菜の花の種を食べている光景をよく見かけます。

矢部村 栗原 浩暢



ベターホームの楽しい cooking

ゴーヤとピーマンのきんぴら

NEW



ベターホームの ひんやりスイーツ ¥1,188(税込)



- 材料(4人分) ゴーヤ..... 1/2本(100g) ピーマン..... 3個 塩..... 小さじ1/4 ごま油..... 大さじ1/2 A [みりん..... 大さじ1/2 しょうゆ..... 大さじ1/2 すりごま(黒)..... 大さじ1

- 作り方 ① ゴーヤは縦半分に切り、種とわたをスプーンでこそげとる。薄切りにし、塩をふって、約5分おく。軽く水気をしぼる。 ② ピーマンは縦半分に切って種をとり、5mm幅に切る。 ③ フライパンにごま油を温め、ピーマンとゴーヤを中火でいためる。しんなりしたらAを加え、全体によくからめる。ごまを混ぜる。

ビールに合いそうな夏のきんぴら。味がしっかりしているので、ゴーヤの味が味は気になりません。ゴーヤだけで作るなら、1本使います。

●カタログのご請求、お問合せはこちら ベターホーム協会 ☎ 810-0001 福岡市中央区天神2-13-17 恒松ビル3階 ☎ 092-714-2411 FAX092-711-7830 URL http://www.betterhome.jp