

はるかに

ゆたかな暮らしの
情報紙

令和6年冬号

「ありがとう」を花せるお葬式
東京 千葉 埼玉 神奈川

孝行舎 株式会社 孝行舎

— お見積り無料 ご相談随時受付 —

本社(ごうこう庵併設)：東京都足立区中央本町 4-17-2
葬儀サロン：東京都足立区中央本町 1-19-2
赤坂営業所：東京都港区赤坂2-14-5 Daiwa赤坂ビル7階

0120-81-5548

孝行舎 検索

深夜・早朝でもご遠慮なくお電話下さい
24時間・365日寝台車がお迎えにまいります

- すこやか「食」の旅——切り干し大根
- ご存じですか?——「津田梅子」
- 伝統のモノ——チューインガム
- 花ものがたり——ガーベラ
- 生活の中の仏教語——和尚
- 仏事と葬儀の知識——納棺

すこやか
「食」の旅

切り干し大根

90%が水分だという大根。そんな大根から水分を除けば、残るのは干からびた「抜け殻」だけになりそうです。ところが、冬の陽ざしと寒風に晒して乾燥させた大根は、抜け殻どころか、滋養のぎゅっしり詰まった「超健康食品」に変身するのです。



◆大根の底力

「大根を正宗で切るよう」ということわざがあります。とるに足らない大根を切るのに正宗のような名刀を使うという意から、大袈裟なことをするたとえをいいます。しかし、これは大根に対してとても失礼な言で、当欄で紹介する「切り干し大根」のように、食べ方次第でおいしさも栄養成分も倍々になるのが大根なのです。

江戸時代後期の農学者・佐藤信淵は、その著書『草木六部耕種法(そうもくろくぶこうしゆほう)』の中で、「干し大根」について次のように述べています。「五穀に劣らざる必需のもの。此物不足なる時は、五穀の凶荒と異なること無し」つまり干し大根は、五穀(人間の主食となる代表的な五種の穀類。米・麦・粟・黍/稗・豆)と同じように大切なもので、干し大根が十分でない

いうことは、五穀の出来が悪い場合と同様にたいへんなことだということです。

◆滋養の宝庫

たとえば、貧血を防ぐ鉄分は鶏のレバーよりも多く含まれ、カルシウムは牛乳の約4倍、余分な脂肪分やコレステロールの吸収を抑える一方で、善玉コレステロールを増やすはたらきもあるといえます。また、余分な塩分を体外に排出してくれるビタミンやカリウム、加えて、腸内及び血管内を掃除してくれる食物繊維も豊富で、これほど良いとこだらけの食品は「切り干し大根」をおいてほかにはないと言っても決して過言ではないかもしれません。

◆自家製切り干し大根のすすめ

この優れた健康食品をご自宅で作ってみてはいかがでしょうか。

自家製「切り干し大根」は、切り方も千切りだけではなく、輪切りや角切り、薄切りなど、お好みで切り分けることもできます。

・輪切り……1センチほどの厚さに切り、重ならないようにざるに広げて天日で4日ほど干す。大根が太い場合は半月切りにする。

・角切り……2センチ角ほどに切り、輪切りと同じく天日で4日ほど干す。干すと縮むので小さく切り過ぎないようにする。

・薄切り……ピーラーでかんぴょう状に切り、ざるにくっつかないようにふんわり載せて、天日で1日干す。

※複数日干す場合は、夜露に当たらないように夜間は室内に取り込むようにします。市販品のようにカラカラに乾燥しないので、もどし時間も短くてすみます。



私たちは、歴史上の人物など一般によく知られている人について「きっとこういう人だったのだ」などと、思い込んでしまっている場合があります。しかし、ときには「こんな意外な面もあったのか」と驚いたり、「私たちとあまり変わらないじゃないか」と、その暮らしぶりに親しみを覚えたりすることもあります。

ご存じですか？

津田梅子

今回は、今年(2024年)発行された新しい5千円札の顔、となった津田梅子についてご紹介しましょう。

■幕府の通弁だった父

下総佐倉藩の士族の出である梅子の父仙は、幕臣だった津田家の婿養子となつて母初子と結婚し、梅子はこの夫婦の次女として元治元年(1864年)、江戸牛込南御徒町(現・東京都新宿区南町)に生まれます。仙は、進取の気性(従来^{しんしゅう}の慣習にこだわらず、新しいことを進んで取り入れようとする^{しんしゅう}こと)に富んだ性格で、早くから西洋の学問や外国語(オランダ語や英語)の必要性を察し、その習得にも強い意欲を持っていたといわれます。

現に、私塾で英語の勉強に励んだ仙は、幕府の通弁(通訳)として能力を発揮するようになります。慶応3年(1867年)には、アメリカへの派遣団(福沢諭吉らを含む)の随員として渡米し、このときの見聞と経験が、娘梅子の教育

にも少なからず影響を与えたといわれています。

■教育パパだった？

梅子が生まれたとき、男児を期待していた仙の落胆は大きく、お七夜(子どもが生まれて7日目)を過ぎても名前を付けようとしないうちにしびれを切らした初子が、枕元の梅の盆栽に発想を得て、厳しい寒さの中でも凛と咲く梅の花に因んで「むめ」(※「梅(うめ)」と同意。後年「梅子」に改める)と名付けたと伝えられます。

しかし、アメリカでの半年間の滞在経験は、仙の考え方にさまざまな変化をもたらしただけです。

例えば、朝夕時間を決めて「梅子に読み方の練習をさせるように」と初子に指示するなど、まだまだ幼い娘に対し、教育パパの片鱗を見せるようになったのも、女子が教育を受けることの重要性を渡米によって気づかされたからかもしれません。

因みに、梅子は五歳から私塾でも読み書きを習っていたといえます。

■最年少留学生への道

仙が渡米した翌年(1868年)、年号は明治に変わり、時代は大きな変革期を迎えます。そんな折、開拓使(北

海道の開拓にあたった明治前期の行政機関)が女子留学生を募集していることを知った仙は、これに応募。当時まだ6歳だった梅子を異国に送り出すことになるのです。

ところで、開拓使がなぜ女子留学生を募ることになったのでしょうか。そこには、開拓使のトップを務めた黒田清隆と近代日本の教育制度を確立した森有礼の思いがあったといえます。その思いとは、開拓及び近代国家建設のための人材育成という観点からも、女性には子どもを立派に育てる賢い母になつてもらわなければならず、それには女子教育が重要だというものでした。

■女子教育の開拓者として

「イエス」「ノー」「サンキュー」という英単語を頭に、『英語入門書』『英和小辞典』の2冊を携えて渡米した梅子は、ホストファミリーにも恵まれ、生来の聡明さを発揮して自分の意見をはっきりと述べる少女に成長します。11年間の留学を全うし、18歳の誕生日を約1月後に控えて帰国した梅子は、後に再度の渡米をして大学で学び、36歳で女子英語塾(津田塾大学の前身)を開校。当初の生徒はわずか10名だったといえます。

伝 統 の モ ノ

チューインガム



噛むことが主体の 「嗜好品」



誕生のきっかけはタイヤ？

日本では昔から「歩きながらものを食べる」のはお行儀が悪いといわれていました。ですから、人前もはばからずクチャクチャと始終口を動かすことなどもつてのほかで、大正時代に初めて輸入販売された「チューインガム」は、なかなか市民権を得ることができなかつたといえます。

もちろん「チューインガム」はタイヤから生まれたわけではありません。ですが、19世紀、アメリカの発明家トーマス・アダムス（1818～1905年）が車のタイヤ製造に失敗した結果、同じ原料をベースとして、元祖「チューインガム」ともいえる商品を開発することを思いついたのでした。

その原料とは、メキシコやグアテマラのジャングルに生育するサポデイラという木の樹液を煮詰めて固めた「チクル」と呼ばれるものでした。

マヤ文明まで遡る「チクル」

チクルは、4～9世紀ごろに全盛を誇ったマヤ文明において、喉の渴きを癒す（※チクルを噛んでいるうちに唾

液が自然に分泌されて喉が潤うというもの）天然ガムとして人びとに愛好されていきました。そしてマヤ文明が滅びた後も、チクルを噛む習慣はメキシコに住むインディオなどに受け継がれたのです。

発明家アダムスにチクルを紹介し、ともに樹液からできるチクルとゴムを合成してタイヤの製造ができないものかと持ち掛けたのも、メキシコからの亡命者だったサンタ・アナ將軍で、彼自身もよくチクルを噛んでいたといわれます。

因みに、チクルを噛む楽しさを最初に知ったヨーロッパ人は、アメリカ大陸を発見したコロンブスだとも伝えられます。

商品化に成功

アダムスがチクルを使ったタイヤ製造で失敗を繰り返していた当時、アメリカではパラフィン（菓子などを包む透明の薄紙でおなじみ）をベースにした「パラフィンガム」が流行っていたそうです。そこでアダムスは、チクルを使えばパラフィンよりもっと噛み心地のよい商品ができるはずだと考え、その後、甘味をプラスして売り出したところ、これが大ヒット。まさしく失敗は成功の基を証明することに

もなったのです。

ところで「チューインガム」の名称は、（噛むこと）を意味する「チューイング（chewing）」と（樹脂・ゴム）を意味する「ガム（gum）」を合体させたもので、まさしく名称通りの商品といえます。

アダムスの事業を後に統合したりグレー社（現在も世界的に有名なアメリカの製造販売会社）の「チューインガム」が、初めて日本に輸入されたのは1916年（大正5年）のことです。その年の新聞に大々的に掲載されたりグレー社の広告には「飽きたら捨てるのが通例ですが、然し呑み下したとて、差し障りなどは露ほどもございませぬ」とあり、時代が偲ばれます。

宇宙飛行士も噛んでいた

「噛む」ことが健康によい主な理由としては①消化を助ける ②歯ぐきや顎の骨を丈夫にする ③でんぷんを分解し、発癌物質を溶かし、老化防止の特効薬となる唾液の分泌を促す ④脳を活性化するなど挙げられます。初期の宇宙食はチューブ入りの流動食が多かったことから、「噛む力」を保ち、気分をリラックスさせるために、宇宙飛行士はチューインガムを噛んでいたといえます。

「ガーベラ」

現在出回っている「ガーベラ」は、南アフリカ原産の種をもとに交配を繰り返して誕生した園芸品種です。

日本には明治末期から大正初期にかけて渡来し、花壇や切り花用に品種改良がなされた「ガーベラ」は、花色も赤・黄・白・橙・桃色と多彩で、近年では欧米にも輸出されているそうです。

和名の「ガーベラ」は、属名の「Gerbera」(キク科ガーベラ属)に由来します。この属名は、十八世紀に鉱山でこの花を発見した人物(医師であり博物学者だったドイツ人「Traugott Gerber」)に因んで名づけられたものだといえます。

「ガーベラ」の別称としては「ハナグルマ」「オオセンボンヤリ」「アフリカセンボンヤリ」などがあり、また、その形状がタンポポに似ていることから「アフリカタンポポ」と呼ばれることもあるようです。

*花言葉……「感嘆」「神秘」など。



和尚

「山寺の和尚さんが 毬はけりたし 毬はなし 猫をかん袋に押し込んで……」は、一昔前によく歌われた童謡『山寺の和尚さん』の冒頭部分です。このように一般に使われる「和尚さん」という呼称は、親しみをこめて身近な僧侶をさす場合が多いようです。

一方、仏教では「和尚」の読み方も宗派によって異なり、たとえば、禅宗・浄土宗では(おしょう)ですが、天台宗では(かしょう)、真言宗では(わじょう)(わじょう)などといいます。因みに(わじょう)という場合は、漢字では「和上」とも書きます。

「和尚」の原語は、サンスクリット語の「ウパ(一)ディヤーヤ」の俗語「オッジャー」を音写した語だといわれ、日本でも中世以来、具足戒(僧の守るべき戒律)を授ける資格のある高僧の呼称となり、弟子が師を呼ぶ場合の尊称として用いられました。しかしながら、いまでは冒頭の『山寺の和尚さん』のように、僧侶一般を親しく呼ぶ語として、宗派の区別なく使われるようになっていきます。

また「和尚」には、ほかにも(武芸や茶道など)その道で秀でた人という意味もあります。



納棺

ご遺体を棺に納めることを「納棺」といいます。昔は、遺族をはじめ近い親族や地域の方によって行われた「納棺」も、現在では葬儀社の手を借りてなされる場合が多くなっています。しかし、すべてお任せするのではなく、その作法の進行には、できれば遺族も参加するようにしたいものです。

「納棺」は一般に、枕勤め(枕飾りが整った枕元で僧侶がお経をあげること)枕経(枕経)が終わった後に行われますが、枕経を通夜と併せて済ます場合は、祭壇の準備が整い次第、通夜の前にいきます。また最近では、病院からご遺体を直接斎場に移すことも多くなり、この場合の「納棺」は、斎場に到着した後すぐに行われます。

「納棺」の際には、故人の愛用していた品々や、故人への思いをこめた手紙なども納めることができます。ただし、貴金属製のアクセサリーなど燃えないものや、溶けて遺骨に付着する可能性のあるプラスチック製品などは避けるようにしましょう。

(※「納棺」につきましては、地域あるいは葬儀社などによって、その作法が異なる場合があります)

