



かわしま

mail:y3kawash@edu.city.yokohama.jp

http://www.edu.city.yokohama.jp/sch/es/kawashima/

学校だより 2月号
平成 20年 2月 1日
横浜市立川島小学校
校長 小池 慎一
TEL 371-0757
FAX 381-7248

わら かど ふく 笑う門には福きたる

学校長 小池 慎一

にがつみつか せつぶん よっか りっしゅん はる き
2月3日は節分、そして4日の立春と「春」はすぐそこまで来ています。

にっぽん むかし はる おとず よろこ いわ ふうしゅう おに そと ふく うち ごえ まめ
日本には昔から春の訪れを喜び祝う風習として「鬼は外、福は内」とかけ声をかけて豆をまく「豆まき」があります。調べてみると平安時代にその記録があるようで、歴史的にも長く続いてきた風習のようです。もともとは季節の変わり目に生じると考えられていた邪気を追い払い、一年の無病息災を祈るという意味があったそうです。

りっしゅん とうじ しゅんぶん ひ ちゅうかん ひ りっとう せつぶん ふゆ りっしゅん
立春は冬至と春分の日のちょうど中間にあたる日で、立冬から節分までを冬、立春から立夏の前日までを春という季節に分けて、節目節目をしっかりと意識する意味をこめて、節分に豆まきをしたのではないかと思います。

にっぽん むかし わら かど ふく
さて日本には昔から「笑う門には福きたる」ということわざがあります。

わら かど えがお ひと す いえ えがお ほんたい にがむし か
笑う門というのは、笑顔の人の住む家ということでしょうか。笑顔の反対は、苦虫を噛みつぶしたような顔で、ストレスの塊のような状態のとき、よく見かけます。

にんげん からだ
人間の体というのはよくできていて、ストレスが多くなると、ある種のホルモンが体内に分泌され、ストレスから自分自身を保護するようになっているのだそうです。

このが、ストレスだけならば、それでうまく機能するのですが、ストレスがかかっているときに、例えば風邪のウィルスが体に入ってきた場合には、そのホルモンの働きによって、風邪のウィルスに対抗する反応が弱くなってしまい、私たちがもともと持っている、ウィルスを抑える力が発揮されずに、活動が活発になり、風邪にかかりやすくなるのだそうです。

ぎゃく まいにちたの す
逆に、毎日楽しく過ごしていると、ストレスがほとんどなく、したがって、ストレスに関わるホルモンの量が少なくなり、その結果、人間の体がウィルスを排除する反応が強くなり、病気の原因となるウィルスや細菌などに対しての免疫力が高まって、風邪などの病気にかかりにくくなるということなのだそうです。

ようき あか まえむ かんが ひと かぜ けんこう しあわ
だから、いつも陽気で明るい人、前向きに考える人は風邪もひかず、健康でいられて、幸せに生きていくことができる・・・と、昔の人はそう考えたのかもしれませんが。

まめ ふく よ よ げんき い
豆をまかなくても「福」を呼び寄せ、まめで元気に生きることができる・・・そのためにも、「笑い」を絶やさずにいたいと思っています。