



試すっ子

学校教育目標「試す人になろう」 No.24

先人の知恵

校長 中野 主税

あけましておめでとうございます。昨年、保護者の皆様、地域の皆様に多大な御理解と御支援・御協力をいただき、心より御礼申し上げます。今年も、どうかよろしく願いいたします。



年末や新年には、日本各地で伝統的な行事がたくさん行われます。その行事には、いろいろな意味があります。

ある本に、次のような話が載っていました。

「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ、これぞ七草」
1月7日は、『七草がゆ』を食べる日とされています。「えー！草を食べるの？」と思われるかもしれませんが、この七草がゆを食べるのには、意味があるのです。

一つには、春の七草は、冬を越すのに強い植物で、野菜が乏しい冬場に不足しがちな栄養分を補うという意味で、おかゆに入れて食べたということです。

もう一つは、お正月の間は運動をしないで、お餅やおせち料理などの塩分の多い保存食を食べ続けるので、消化不良を起こしたり、体の調子が崩れがちになったりします。そこで、体調を整えるために、おかゆを食べたのだということです。

しかも、この七草の中には、鉄分の多い「せり」や「なずな」、血圧の低下を促す働きをする「ごぎょう」、「はこべら」、「ほとけのざ」が入っています。「すずな」、「すずしろ」は、かぶと大根のことですが、これらはジアスターゼを含んでいるので、健胃剤の役割を果たしています。まさに、『七草がゆ』は、健康食品だったのです。

また、1月15日には、『小豆がゆ』を食べる習慣もあります。お正月の料理の中で最も不足するのがビタミンBだそうです。ですから、ビタミンBの豊富な小豆のおかゆを食べるとビタミンBを補ったと言われていました。

このように考えてみると、古くから伝わる伝統的な行事は理にかなっていて、人の生き方にかかわる先人の知恵の固まりなのかも知れません。

このように、祖父母から父母、そして子供たちへと知恵と生き方を伝えていくことは、まさに教育の原点でもあります。最近、子供たちを取り巻く様々な社会問題が叫ばれています。このような問題について考えるとき、私たち大人が、どのようにして人々が築いてきた知恵や人としての正しい生き方を子供たちに伝えていくのか、学校や家庭、地域が本気で考えていくことの重要性を感じます。