ふるさと宿南

★　第１４３号　★
発行　令和　５年　６月
宿南地区自治協議会
TEL・fax:662-3400
Email:kyosyukunami@maia.eonet.ne.jp

クリーン但馬１０万人大作戦実施

６月４日（日）各地区で実施されました。草刈り、ごみ・缶拾い等を行いました。（地区により内容は異なります）小・中学生も自由参加で加わりました。国道３１２号線では多くのゴミが回収されました。宿南第一踏切から宿南バス停に向かう道路沿いも草刈りが行われ、アジサイ・タチアオイが綺麗に見えるようになりました。これからの季節、目を楽しませてくれると思います。タチアオイのてっぺんの花が咲いたら梅雨が開けるといわれています。（身近で見られる植物シリーズ①より）

小学校　田植え

５月１７日（水）午後より営農組合の皆さんの指導のもと３・４・５年生１３名で小学校田の田植えを行いました。初体験の３年生は苗の持ち方・植え方を指導していただいた後、実践しました。最初は一筋植えるのに時間がかかっていましたが最後の頃は早く植えることができました。５年生は経験豊富ですので手早く植えることができていました。今から，みのりの秋が楽しみです。

「そうあんの里　夏のつどい」参加者募集中‼

福祉部主催で７月１６日（日）１０時より開催予定です。詳細は別紙チラシご覧ください。多くの皆さまの申し込みをお願いします。

喫茶ひまわりも臨時営業します。

こども園ダンス＆泥んこあそび

５月２２日．６月５日ふれあい倶楽部広場で、こども園園児が「朝イチダンス」を披露してくれました。当日は喫茶営業日でしたので来店者も一緒に子供達の演技を楽しみました。次回は６月２６日（月）です。９時２５分頃（雨天中止）

５月２５日（月）朝１０時よりこども園近くの田んぼでたんぽぽ組・チューリップ組・すみれ組の８人で泥んこ遊びを楽しみました。全員田んぼに入るのは、はじめてで最初は少し冷たそうでしたが時間の経過とともに泥にも慣れ楽しそうに走り廻ったり、田んぼに座り込んだり、顔には全員どろばねがいっぱい付いていました。終わりの時間になっても楽しくて田んぼからなかなか上がれませんでした。

～ ふれあいの日からのお知らせ ～

６月のブラブラ人形　とてもかわいらしく出来上がりましたよ。
７月１８日（火）には、コースターづくりの予定です。
お立寄り下さい。

身近で見られる植物　㉕

ドクダミ〈ドクダミ科〉

身近すぎて、誰も知っているドクダミ。湿気た半陰地に自生します。庭の片隅で草取りをサボっているとどんどん広がっていきます。花は白い花弁に見えますが包葉で真ん中の塔になっている黄色いものが花です。土用（7 月末頃）に地上部を刈り取り、日干して十薬という薬草として使います。お茶にもしていますね。冬場は根の部分を掘り取り利用します。解毒、解熱、消炎、利尿、緩下などの効用があるようです。

小学校芝刈り・森林整備事業実施

暑い中５月２１日（日）区長会では小学校芝刈り作業及び青谿書院周辺の森林整備事業を実施しました。どちらも綺麗に整備され来訪者の皆さまに気持ちよく過ごしていただけるのではないでしょうか。

喫茶ひまわりからのお知らせ

６月のおたのしみデーは
１９日（月）と２２日（木）です。
この時期にピッタリのお菓子を用意しております。是非お越しください。
お待ちしております。

お知らせ

６月１８日（日）奉仕作業
６月２３日（金）ボウリング大会 参加申し込み締切
６月３０日（金）「そうあんの里 夏のつどい」申し込み締切
７月　１日（土）第１７回ボウリング大会
７月　５日（水）第１回体育部会
７月１６日（日）「そうあんの里 夏のつどい」

草庵先生紹介

日記　５２

体の調子を整えるためにお灸をしてもらう草庵
宮崎和夫さん作

池田草庵はよく昼寝をしている。日記に「昼寝」「午睡」などの言葉がしばしば出てくる。

「早起き。黙座。講義は『近思録』。検読９人。授読１人。昼寝をする」（安政５〈１８５８〉年３月１６日）などと。昼寝は当時の習慣だったとの見方もあるが、早起きして仕事をする草庵には、昼寝が必要だったのだろう。それに草庵はどちらかと言えば病弱な体質で、昼寝で休息をとることも欠かせなかったと思われる。草庵は、人一倍たくさんの病を抱えていた。「昼、のどが詰まって手のひらに血を吐く。午後、横になるが、胸の辺りになお痛みがある」（嘉永３（１８５０）年３月２０日）

「歯が痛く夜は読書できず、空しく過ぎる。」（安政４〈１８５７〉年３月１３日）「腹部激痛あり、ほとんど一日横になって休む（安政６〈１８５９〉年１月１８日）

「風邪気味。遅く起床。検読２人授読６人。昼寝後、講義」（嘉永２〈１８４９〉年４月２６日）「胸郭に痛み、たびたび横になりながら講義」（慶応３〈１８６７〉年５月６日）

吐血、歯痛、腹部激痛、風邪。胸郭の痛みなどの症状が日記には出てくる、草庵の妻久の兄は医者の國谷松軒であり、よく相談したりみてもらったりしている。それだけでなく、自分で体調を整えようとお灸（おきゅう）をしたり、断食をしたりしている。

「早起き。部屋の掃除、黙座をする。朝、池口家に行き、背中と腰と脚にお灸する。講義は『十八史略』。検読３人。昼寝。午後の講義は『韓文』。今日の読書は『韓文』１編。夜、まだ腹部がよくない（安政６〈１８５９〉年８月１１日）

「昨日の夕方より断食。今朝も断食。とても疲れていて、今日は休講とする。塾生に腹部をさすってもらう。読書もできず空しく一日が終わる」（同８月１２日）

時々は病のため休講にし、読書ができない時もあったが、草庵は自ら体調を昼寝などで整えながら懸命に日々努力していた。

池田草庵先生に学ぶ会