

# みんな笑顔

別海町立別海中央中学校 保健通信 NO-040  
平成 28 年 2 月 3 日 文責 鶴田 佐和子



今日は節分、明日は立春。暦の上では春の始まりです。毎日氷点下に冷え込んでいるのに春なんてと思うのでしょうか。しかし、気温は低くても、立春を過ぎると太陽の輝きが増すように感じます。春が待ち遠しいですね。

昔から、一月は行く、二月は逃げる、三月は去るといい、冬休みが終わった3学期はあっという間に過ぎていきます。

インフルエンザ注意報は全国規模に広がっています。

別海中央中学校の風邪罹患状況（風邪症状を訴えている人の割合）は一けたですが、症状が広がりだすとあっという間です。

引き続き、手洗いうがい、マスクの着用をお願いします。

## 皸

### この字の読み方は？

最近、この症状で保健室に来る人が増えました。手当ては、カットバンを貼ったり、軟膏を付けます。

皸の部位は指先が多いので、絆創膏が貼りにくく、はがれやすいのが難点です。

皸 この字は。ズバリ「あかぎれ」。こんな漢字です。なんと、平安時代の文書にこの文字を用いて書かれているので、昔の人もあかぎれに悩んでいたのでしょう。

そのころはあかがりと言っていました。

手足の乾燥がひどくなり、皮ふがかさかさして荒れると、皮ふの弾力がなくなって、細かいひびを生じたり、溝やしわに沿って割れてしまいます。それが痛いのです。

#### 予防のためには

- 熱いお湯で手を洗わない
- 水分をすぐふき取る
- 手洗いの後は、クリームなどで潤いを保つ

など

もし皸になったら、軟膏を付け、絆創膏で保護して下さい。今は、専用の薬や絆創膏も販売しています。

## 今年の 恵方は 南南東



節分の日に豆まきをして、太巻き寿司を無言でかぶりつく光景は CM でもおなじみですね。縁起担ぎの、昔からある風習のようですが、40 年ほど前に大阪の海苔屋さんが販売促進のために宣伝したのが一般的に広まった始まりといえます。（諸説あります）

関西限定だった恵方巻きの習わしを全国区にしたのは、数字が店名のコンビニが売り出した 2000 年前後からなので、意外と最近の事なんですね。

節分は、季節の変わり目に来るといって鬼を追い出して福を呼び込もうという伝承行事です。鬼の嫌いなイワシを焼いて、豆ご飯を食べるといいますね。（おにたのぼうしより）

また、太巻きは鬼の忘れていった金棒で、それを食べることで鬼（悪い事、病気や不運）を退治する意味もあるそうです。

太巻きの中身は七福神にあやかって七種類入れるのが決まりだとか。この頃は、普通の海苔巻だけではなく、豪華な海鮮海苔巻、ロールケーキ系のスイーツや、パンの恵方巻もあるそうです。

みんなならどんな太巻きを食べて、厄を払いますか？

