

一月読みとりおけいこ②（中）

名前（

一月七日は七草がゆを食べる日です。もともとは中国の人日じんじつというおまつりがもとになっているそうですが、ちょうどお正月のおせちなどのごちそうで疲れた胃いを休めるのにあっさりとした七草がゆがぴったりだということで広まりました。

七草は「せりなすな ごぎようはこべら ほとけのさすずなすしろ これぞななくさ」という和歌にうたわれています。せり、は大きい八百屋さんやスーパーにも売っていますが、むかしはそこらへんの川でふつうにはえていたものです。香りがよくて食欲をそそります。なすなはぺんぺん草のことですね。ぺんぺんと音を出して遊んだことがあるんじゃないですか？ごぎようは雑草はこぐさのような扱いで、この時以外は見向きもされない「母子草」はこぐさのことです。きつと学校にもありますよ。昔はかぜ予防や解熱薬げねつやくとして用いました。はこべらはハコベのことでこれも今や雑草となっていますが、昔は胃にやさしい草としてふつうに食べられていました。おなかのくすりにもしました。ほとけのさはホトケノザという春の花ではなくこれまた雑草あつかいのタビラコです。学校でもきつとコオニタビラコがかわいい黄色の花を咲かせていたと思います。食物繊維しょくぶつせんいが豊富で便秘べんぴによくききます。すずなはカブのことで、すずしろはダイコンです。かぶはビタミン豊富ほうふだし、ダイコンにはジャスターゼしょうかこうそという消化酵素がふくまれ、消化を助けます。

このように、ただ草を七つ集めたわけではなく、昔の人の経験と知恵でもって七草がゆが存在しているわけです。最近七草セットがお店で売られています、昔は自分が近所で集めてきたのです。音読サインー

① 何の話でしょう？

② 八百屋と書いて何と読むでしょう？

③ 七草のうちで遊びに使えるものは何ですか？

④ おなかのくすりとされた七草は何ですか？

⑤ 学校にもきつとある、と書かれているのは？

⑥ 同じ字なのに二種類ある草は何ですか？

⑦ 七草の読み込まれたものは？

（ ）俳句（ ）和歌（ ）漢詩

⑧ 熱を下げることを二文字で何と言いますか？

⑨ あっているものに○をつけましょう。

（ ）これぞななくさという名前の草がある。

（ ）雑草は何の役にもたない。

（ ）七草はそれぞれが健康によい。

（ ）ダイコンは消火を助ける。

⑩ 上の話の感想を五行でまとめましょう。

できばえは？

