

七月の行事とくらし

梅雨前線もときれがちになるこの七月、いよいよ暑さも本格的になります。

一日の海、山びらき。七日はたなばた、竹ざおに色紙のゆらぐのは詩情あふれる七月の行事の一つでしょう。十五日はうらぼんで、このころは農家でもこの日におぼんを迎えるようになりました。先祖のお墓におまいりすることは、単に仏教的な供養というだけでなく、わたくしたちの生活に一つの反省をうながすものとなります。とくに都会生まれの少年たちは、お墓まいりなど忘れがちです。

商家にとってはこの月は半年の決算期としてたいせつな時でしょうが、農家にとっては、田植をすませたあとの一ぶくというところ。サラリーマンは、ポリーナス袋をかかえて、海か山かと心をおどらせる月です。

下旬にはこどもたちの夏休みにはいります。この夏休みが、このごろとくに問題になります。夏休みには、ぜひ計画を立てさせ、それを規則的に守らせることに意義があるようです。新入学のこどもは、この一学期で、かなり疲れが見えるはずで、少しのんびりさせ、もっぱら健康に注意してあげたいものです。

七月の庭ごと

梅雨あけの日ざしは強くて、雨風の下でやわらかく育った草花や庭木をグッタリさせます。そこで株元を風通しよくしたワラをしいてやって、地表近くの根を保護してやります。またこのころは雑草のいちばんはびこりやすい時期です。中耕もおこたらずに。

この月にタネまきできるものに、ハボタン、カリフラーワ、子持ちカンラン(上中旬)などの野菜類があります。ハナシヨウブやアヤメ、カキツバタなどは上旬のうちに株分けできます。

ハチ仕立ての大ギクは、中、下旬のうちに本バチへ植えて支柱を立てましょう。

この月にさし木のできるものに、ツバキ、サザンカ、ヒイラギ、モクセイ、スギ、サワラなどがあります。しカンギク、ベコニア類もまだ間に合います。

またこの月は庭の草や木にいちばん虫がついたり、病気になるがちの時期です。晴れ間をみて、適当な薬剤をこまめに散布してください。都会地にあつては花やさんか薬屋で薬剤の種類をよく相談すること。

ヘチマやヒヨウタン、アサガオなどの支柱をいそがねばなりません。

七月の健康メモ

▼暑いときは、食べものがくさりやすい。ご飯に少々すをふりかけるか、うめぼしを入れておくとよい。

参議院議員補欠選挙の  
投票日は7月18日です



選挙権は  
明るく正しく  
きれいに使  
いましょう

熊本県明るく正しい選挙推進協議会

▼麦茶は買ってきたものをもういちどいりなおして使うと、おいしくいただけます。

▼朝食はあっさりしたものによるこばれませんが、少しでもタンパク質(肉・魚・豆・乳類)をとるのが夏バテをふせぐコツ。

▼夏まけをふせぐにはビタミンCをとるとよいといわれます。

ミカン、レモン、サツマイモ、ピーマン、ダイコンの葉、コマツナ、ツケナなどはCをたくさん含んでいます。

▲夏ひくかぜはなおりにくく、ほかの病気のもとになります。こどもさんには必ず腹まきを、寝まきはパジャマ式のがよい。

▼日本脳炎にかかると十人に三人は死ぬか後遺症をのこすといわれます。

予防上たいせつなことは蚊にくわれないこと。病気の誘因となる炎天下を無帽で長時間運動したりしてくたびれすぎないように十分に気をつけることです。

土用ほし

つゆがすっかりあけたら、手袋、ハンドバッグ、旅行カバン、靴などの皮製品や、防湿不完全なものはいった衣類など十分調べてください。カビていても、早く気づくととりやすいものです。それぞれ処置したら、風をよくとおして、防湿剤をいれたポリエチレン袋を利用します。