

# 中山観光・季節のおはなし・旅だより



山形県、秋田県で続いている集中豪雨の被害を受けている皆様には心よりお見舞い申し上げます。  
まだ予断を許さない状況ではありますが、これ以上被害が発生しないことをお祈りするとともに  
一日も早く復旧されますことを心よりお祈り申し上げます。

毎日厳しい暑さが続いています、お元気で過ごしてはいかがでしょうか

8月は全国でさまざまな行事やイベントが開催されます。

花火大会や盆踊り、お祭りなど…夏の風物詩ともいえるイベントで  
夏を思い切り楽しみたいものです。

また、山の日という祝日もあるので、山のすがすがしい空気を堪能しに  
出かけるのもいいですね

体調を崩さないように気を付けて  
素敵な夏をお過ごしください







暑気払いは、日本においても古くから行われてきました。

夏越の大祓、茅の輪くぐりなどの行事をはじめ、打ち水や風鈴といった夏の風物詩も暑気払いです。

暑気払いの時期は、いつからいつまでと決まっているわけではありません。

季節が春から夏に変わって暑さを感じはじめたところから、

秋らしい涼しさが訪れるころまでは、暑気払いを意識すると良いでしょう。

暦でいうと、処暑の8月23日頃までが暑気払いを行う目安といえそうです。

中国の伝統医学では、体内にこもる暑さを「暑邪」と記し、邪気の一つとしていました。体内に熱気が溜まると、体力や気力を消耗し、心身の不調に繋がるとされていたといいます。このような背景から、暑い時期になると、体の中の暑気を払い、元気に過ごそうとする「暑気払い」が行われるようになったとも伝えられています。

暑気払いにぜひ試してもらいたいののが甘酒です。甘酒はそもそも夏の季語であるくらい夏に飲まれてきた歴史があり、栄養・消化吸収に優れた飲料です。現代では甘酒を指して「飲む点滴」とも形容されています。

暑気払いには「暑さ」と「暑さによる疲れ」を払う目的がありますので、

これらの「暑気」を払える食べ物がオススメです。

体の熱を冷ますもの

スタミナのつくもの

食欲をアップさせるもの

夏野菜には体の熱を冷ましてくれる食材が豊富にあります。「体の熱を冷ます」というのは

薬膳や東洋医学における考え方によるものですが、野菜の中で「涼性」「寒性」に分類されるものが該当します

夏野菜の種類としては、スイカ、キュウリ、トマト、ナス、ズッキーニ、ゴーヤなど…

また、ビール・そうめん・冷麦など、麦を使ったものも火照った体を落ち着けてくれると言われています。

お酒好きの方にとっては、やっぱり夏のビールは、心身ともに元氣を与えてくれるもとなるのではないのでしょうか。

その他にも、夏に体が欲する食べ物や飲み物は、たくさんあります。

鰻・梅・かき氷……。飲む点滴と言われる甘酒も、冬をイメージされる方が多いかもしれませんが、

古くは夏の栄養ドリンクとして売られていました。

地域によって挙げられるものとしては、西日本における冷やし飴や、各地で郷土料理として独自のレシピが存在する

冷やし汁なども栄養満点！夏の暑さに良いとされる食は、こうやって習慣として受け継がれた文化や、美味しい食べ方

飲み方が編み出されたことによって、私たちの日常に浸透し伝えられてきたのだと感じます。



## 暑さを払う「暑気払い」と涼しさを味わう「納涼」

納涼は、平安時代からある夕涼みの風習から由来する言葉です。暑さを忘れ、涼しさを工夫して楽しもうとすることを表し、河川敷で花火を観る・夏の夜に屋形船でお酒を飲む・風鈴の音で涼しさを味わう・・・などの行為が当てはまります。

体から暑さを払って元気に過ごそうとする「暑気払い」と、涼しさを楽しむ「納涼」にはニュアンスの違いがあることも覚えておきましょうね





# 今年の夏は蓮を見に行きませんか？

7月後半ごろから全国各地で蓮が見頃を迎えています

この季節になると、必ず思い出す風景があります。

田舎道を走っているとふと現れる、一面の蓮畑。

あたりは全て、大きな蓮の葉っぱだらけ。見渡す限りの鮮やかな緑の合間に  
すっと見える、ふわふわの白い花弁やぎゅっと締まった可愛い蕾たち…

蓮の花が咲くときに、“ポンツ”と音になるという逸話があります。

古くは正岡子規の句にも書かれているのですが、実際にその音を聞いた人や  
科学的な実証などはされていないのだとか？

夜明けとともに水を弾いて優雅な花を咲かせる蓮の花…

でも花の命は3日～5日と非常に短いのです。

蓮の花は、実は限られた時間帯しか見ることが出来ません。開花するのは早朝で、

特に見頃は午前7時～9時頃、そして昼頃には花が閉じてしまいます。

見に行かれる場合は朝がおおすすめです。

人混みを避けて朝の散歩などで見に行かれるのが良さそうですね。

お寺の本堂などで、蓮の花の絵や、蓮の花をモチーフにした飾りなどを  
よく見かけるように蓮は仏教では極楽の花とされてきました。

花の季節以外はその存在に気づきづらい沼地から、梅雨の時期にずっと花茎を出し、  
夏の日差しの中でとても綺麗で大きな一輪の花を咲かせる姿は、神秘を感じます。

今月はお盆を迎える月でもあります、蓮は盆の花としても知られています

なぜ、蓮をお盆に飾るのかは、蓮と仏教の深いつながりがあります。蓮台の上に乗せられている仏像や、  
観音様が蓮の花を手に掲げているのを見たことがある人も多いことでしょう。

蓮や睡蓮の総称である「蓮華」は、仏教の伝来とともに中国からきた言葉で、泥沼に美しい花を咲かせる仏教のシンボルでもあります。

蓮は泥より出でて泥にまみれず…ということわざが表す通り、

泥(俗世)に生まれても大輪の蓮華(悟り)を咲かせる蓮は、欲にまみれることなく真っ直ぐに清らに  
生きる人間の理想の姿として、仏教の世界で「極楽浄土に咲く最上の花」とされています。

お釈迦様が誕生したインドでは「聖者の花」といわれ、

昔から仏教と深く結びつき大切にされてきた蓮の花。

泥水の中から美しい花を咲かせる蓮は、仏教では

“泥水＝煩惱・苦しみ”の中にあって汚れる事のない

「清らかさ」の象徴、または仏の「悟り」の象徴といわれています。

## 蓮の花の花言葉

「清らかな心」「神聖」

「休養」「沈着」です。

他にも、「離れゆく愛」

「救ってください」という

花言葉もあります

## 美しきものは短命

季節の写真の中でも、この時期はひととき目を引くのが蓮の花  
蒸し暑さも忘れ、思わず見とれてしまいます。

美しく幻想的な蓮の花。古来より短歌や俳句で夏の季語として詠まれ、  
涼しさを呼ぶこの季節の代表的な水生植物として親しまれてきました。

可憐に咲く愛らしい姿で人々の心を和ませてくれる蓮は、

毎年7月から8月にかけて開花時期をむかえ美しい花を咲かせます。

「泥中の蓮」とは？

いくら汚れた環境に身を置いていても、

その汚さに染まらず、清く生きること。

つまり、蓮のように「煩惱の汚れの中でも決して染まらず、  
清らかで純真な心や姿を保っている人」をたとえる言葉

## 関東エリア・蓮の花名所

東京台東区・不忍池 町田市・薬師池公園

葛飾区・水元公園 国営昭和記念公園

埼玉県行田市・古代蓮の里

千葉県・あけぼの山農業公園

千葉公園は大賀ハスのふるさと

茨城県・霞ヶ浦総合公園





# 日本の夏を彩る風物詩 花火大会

ひゅるひゅる～という高鳴りのあとに、夜空に開く大輪の花・・・

日本の花火大会は江戸時代にはじまりました。  
打ち上げ花火は、日本の夏に欠かせない風物詩  
美しく開き、ぱっと散るさまは、まさに火の花  
激しくもはかない、一瞬の芸術です。

そんな芸術を鑑賞する花火大会は、江戸時代、墨田川のほとりではじまったというのが定説です。  
時の将軍はTVドラマ「暴れん坊将軍」のモデルとしてもおなじみの徳川吉宗  
1733年、日本中が凶作に見舞われたうえ、江戸中では疫病が流行し、多くの犠牲者が出ました。  
国じゅうが暗い雰囲気にも包まれるなか、徳川将軍は川涼みシーズンの到来を告げる「両国の川開き」において  
水神祭を行います。墨田川の神様に悪疫退散を願うとともに、死者の霊を弔うための献上花火を打ち上げたのです

夜空をまぶしく照らす花火は人々の心をつかみ 夏の風物詩となっていました  
現代も、さまざまな願いをこめて全国各地で花火が打ち上がり、見上げる人の心と夜の空を明るく照らしています

## 8月のこれから開催されるの人気花火大会

びわ湖大花火大会(滋賀県)8月8日 神宮外苑花火大会(東京都)8月10日  
諏訪湖祭湖上花火大会(長野県)8月15日 江戸川区花火大会(東京都)8月24日  
全国花火競技大会「大曲の花火」(秋田県)8月31日など

花火の魅力は、なんといっても「迫力」「美しさ」そして「儚さ」。夜空に、大きくまんまるに開いてそして  
一斉に消えてゆく様々な形や色とりどりの花火。作るのにはたくさんの時間をかけ、観られるのは  
たった数十秒。それが花火の魅力です。今年まだ花火を見ていない方・・・まだ間に合います。  
夏の夜空に光輝く花火を堪能してみてもいいかもしれません

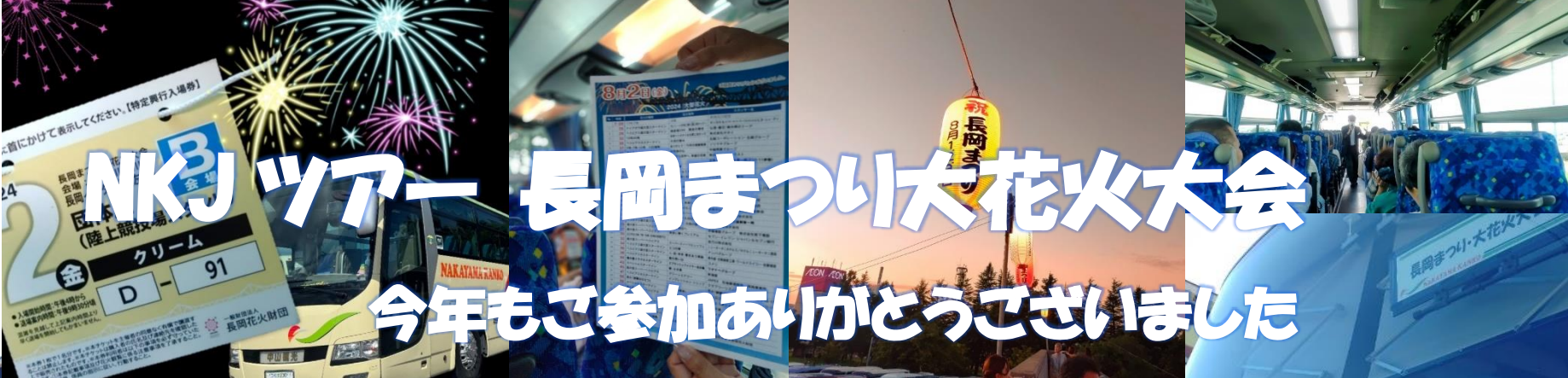


日本三大花火大会のうちでは、  
「長岡まつり大花火大会(新潟)」と「大曲の花火(秋田)」が  
8月に開催！そのほかにも、神宮外苑花火大会や  
江戸川区花火大会(東京)など、花火大会が目白押しです。

現地で見える打ち上げ花火はまさに圧巻！  
夏休みのお出かけ計画にぜひお役立てください。







# NKJツアー 長岡まつり大花火大会

今年もご参加ありがとうございました

慰霊の想い、夜空へ

信濃川河川敷を舞台に  
午後7時20分、  
慰霊の花火「白菊」3発で  
打ち上げを開始

<http://bgrace.exblog.jp/>

天地人花火  
野村花火工業さま  
最高級のスターメインでした

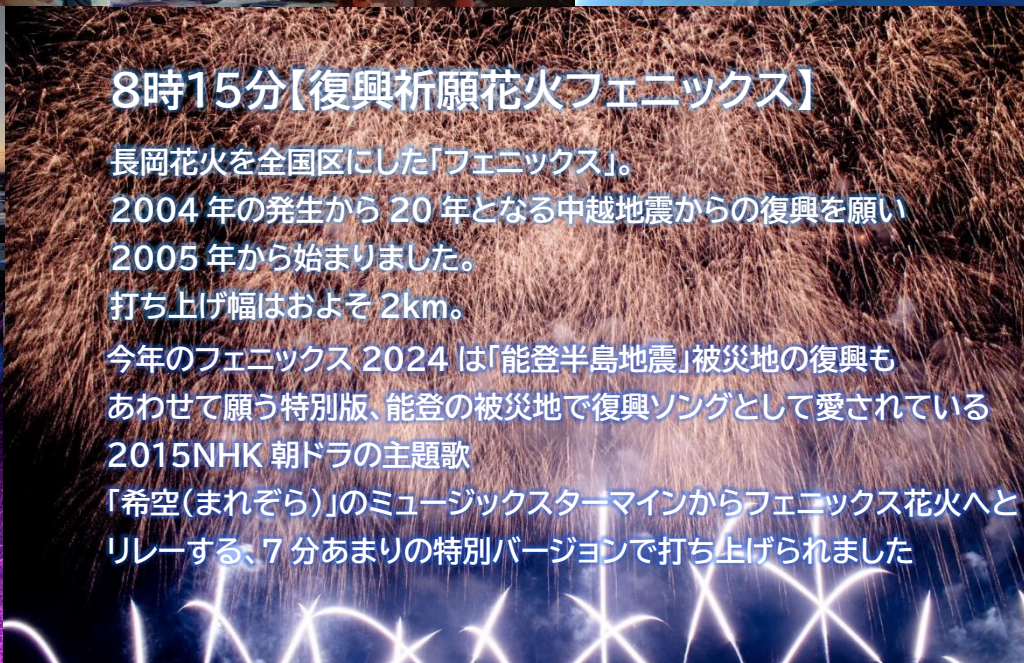


## 100万人を感動に包む「祈りの花火」

長岡花火は例年8月2日・3日に開催される、  
長岡空襲で亡くなった方々への慰霊と復興に尽力した  
先人への感謝、恒久平和への願いなど、  
度重なる苦難を乗り越えてきた長岡市民の特別な想いが  
込められた花火です

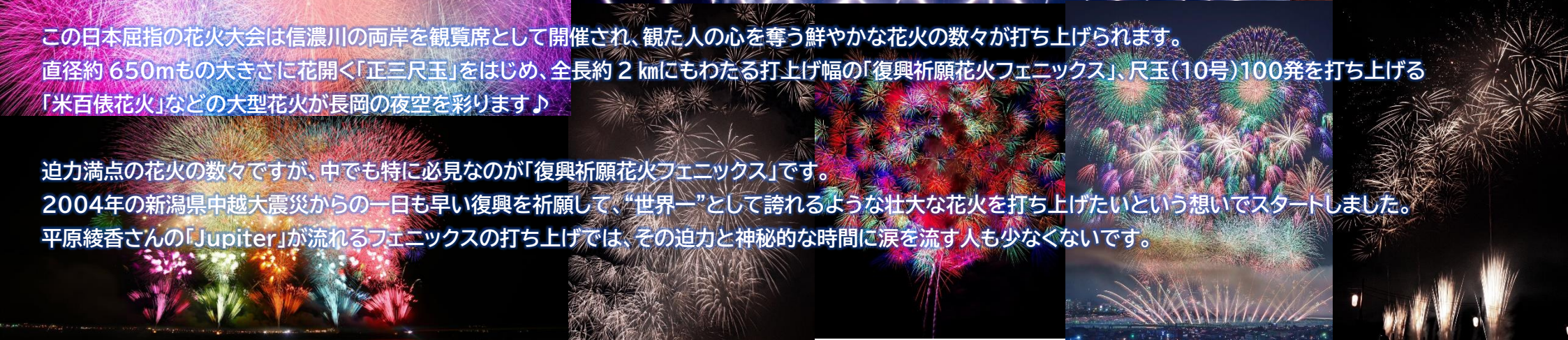
この日本屈指の花火大会は信濃川の両岸を観覧席として開催され、観た人の心を奪う鮮やかな花火の数々が打ち上げられます。  
直径約650mもの大きさに花開く「正三尺玉」をはじめ、全長約2kmにもわたる打上げ幅の「復興祈願花火フェニックス」、尺玉(10号)100発を打ち上げる  
「米百俵花火」などの大型花火が長岡の夜空を彩ります♪

迫力満点の花火の数々ですが、中でも特に必見なのが「復興祈願花火フェニックス」です。  
2004年の新潟県中越大地震からの一日も早い復興を祈願して、「世界一」として誇れるような壮大な花火を打ち上げたいという想いでスタートしました。  
平原綾香さんの「Jupiter」が流れるフェニックスの打ち上げでは、その迫力と神秘的な時間に涙を流す人も少なくないです。



## 8時15分【復興祈願花火フェニックス】

長岡花火を全国区にした「フェニックス」。  
2004年の発生から20年となる中越地震からの復興を願い  
2005年から始まりました。  
打ち上げ幅はおよそ2km。  
今年のフェニックス2024は「能登半島地震」被災地の復興も  
あわせて願う特別版、能登の被災地で復興ソングとして愛されている  
2015NHK朝ドラの主題歌  
「希空(まれぞら)」のミュージックスターメインからフェニックス花火へと  
リレーする、7分あまりの特別バージョンで打ち上げられました





## 真夏でも快適に過ごせる避暑地でのお仕事

夏のドライブなら涼しい高原ドライブなんていかがでしょうか？  
特に長野県のビーナスラインは標高も高く、絶景が目の前に広がる  
日本屈指のドライブロード！！  
普段は目にするのできない絶景を堪能できます。

日々たくさんの出逢いがあり、お客様と近い距離で  
観光地の歴史や素晴らしさを伝えられるバスガイドの仕事・・・  
知識や経験かを分かりやすくお伝えすることで  
形には残りませんがたくさんの安心と感動を  
お届けします。

年代問わず話題にできるのは景色です

## バスガイドさんが撮った Photo graph

