

## 七草

「七草」とは、1月7日の朝に七種の野草が入った粥を食べて一年の邪気を払い、無病を祈る風習です。七種の野草とは、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの七種類のことで（春の七草）、七草粥を食べることで、おせちで疲れた胃を休め、野菜の乏しい冬に不足しがちな栄養素を補うという意味もあります。

## 鏡開き

「鏡開き」は、お正月に神様や仏様に供えた鏡餅を下げ、雑煮や汁粉に入れて食べる年中行事です。このとき、鏡餅を刃物で切るのは切腹を連想させるため、手や木鍬きづちで割るのですが、「切る」「割る」という言葉を避けて「開く」という縁起の良い言葉を使っています。また、鏡は円満、開くは末広がりを意味し、こちらも縁起の良い言葉です。硬いものを食べて歯を丈夫にし、長寿を祈るという意味合いもあります。

## 1月の年中行事

- 1日 元旦
- 2日 初夢
- 7日 七草
- 第2月曜日 成人の日
- 11日 鏡開き



## 初夢

「初夢」とは、元旦から2日（または2日から3日）の夜の間に見る夢で、その内容により一年の運勢を占う風習です。ことわざの「一富士、二鷹、三茄子」とは、初夢に見ると縁起が良いものを並べたものです。駿河国で高いもの（富士山、愛鷹山、初物の茄子の値段）、徳川家康が好きなもの（富士山、鷹狩り、初物の茄子）、日本一の富士山、鳥で一番賢い鷹、茄子と「事を成す」の掛け言葉を並べた、など、その由来は諸説あります。

## 1月生まれの有名人

- 1日 一休 (1394年)
- 1日 豊臣秀吉 (1536年)
- 1日 役所広司 (1956年)
- 2日 立川談志 (1936年)
- 3日 本田宗一郎 (1923年)
- 3日 三遊亭円楽 (5代目) (1933年)
- 3日 岩下志麻 (1941年)
- 5日 夏目漱石 (1867年)
- 6日 八千草薫 (1931年)
- 8日 角川春樹 (1942年)
- 14日 三島由紀夫 (1925年)
- 15日 樹木希林 (1943年)
- 18日 ビートたけし (1947年)
- 18日 森山良子 (1948年)
- 19日 森鷗外 (1862年)
- 19日 三國連太郎 (1923年)
- 22日 星野仙一 (1947年)
- 23日 湯川秀樹 (1907年)
- 23日 ジャイアント馬場 (1938年)
- 25日 西村晃 (1923年)
- 28日 笑福亭仁鶴 (1937年)
- 30日 石川さゆり (1958年)

東京府東京市浅草区（現在の東京都台東区）出身。テレビの人気演芸番組「笑点」の大喜利メンバーで、その後、司会者も務めた。「星の王子さま」の愛称で親しまれ、7代目立川談志、3代目古今亭志ん朝、5代目春風亭柳朝と共に「四天王」と称せられた。「芝浜」「紺屋高尾」などを得意とした。

森鷗外と並ぶ明治・大正の文豪。小説家、評論家、英文学者として活躍。帝国大学時代に正岡子規と出会い、俳句を学ぶ。大学卒業後イギリスに留学。帰国後、雑誌『ホトトギス』に発表した『吾輩は猫である』で文壇デビュー。その他、『坊ちゃん』『倫敦塔』『虞美人草』『行人』『こころ』『硝子戸の中』など作品多数。絶筆は、『明暗』。

宝塚歌劇団出身の女優。美貌・清純派の娘役として一世を風靡した。宝塚退団後は、舞台や映画で活躍。1954年に第28回アカデミー賞名誉賞（最優秀外国語映画賞）を受賞した映画「宮本武蔵」のお通役などが当たり役。テレビドラマでも1977年「岸辺のアルバム」で、テレビ大賞主演女優賞に輝くなど活躍中。

第一法規「ホームヘルプ手帳」便利ツール

# 手帳おらす

俳句で感じる睦月

豆知識

一月や去年の日記尚机辺

高浜 虚子

## 1月の巻

『ホームヘルプ手帳』編集部

下記からダウンロードできます。  
<http://www.dh-fukushi.com/>

## 四季のうた

### 一月一日

(としのはじめ)

千家尊福作詞・上真行作曲

祝 <small>いわ</small> う 今日こそ 楽しけれ	松竹たてて 門ごとに	終わりなき世の めでたさを	年のはじめの 例 <small>たと</small> として	—
仰 <small>あや</small> ぎ見るこそ 尊 <small>たか</small> とけれ	君がみかげに 比べ <small>くら</small> えつつ	四方 <small>よも</small> にかがやく けさの空	初日のひかり さしいでて	二

