



## 香りのお話

外はまだ寒い日が続きますが暦の上ではもう立春。地面の下から少しずつ春の足音が聞こえて来ます。頬をすりぬける風がほのかな梅の香りを漂わせて早春の息吹を感じさせてくれます。

春の甘い香りと言えば梅、桃、桜。現在、お花見と言えば桜ですが、もともとは香りの高い梅が主流だったようです。私たちが使っている香水やお部屋の香りは一体いつ頃からあるのでしょうか...

香りの始まりは古代エジプトにさかのぼります。紀元前3000年頃、人々は火を燃やす事によって生じる煙から「香り」を手に入れていたようです。女王クレオパトラは香料をたっぷり入れたお風呂に毎日入り、全身に香料を塗って、寝室にはバラの花びらを敷き詰めていたそうです。クレオパトラは香りですリラックスする方法を知っていたのでしょうか？

18世紀頃、フランスのマリーアントワネットもバラやすみれのフローラルな香水を作らせ、身につけていました。特注の香りだったため、彼女の行く所には残り香が立ち込めたそうです。

日本の香りにも目を向けてみましょう。

597年聖徳太子の時代、淡路島に香木が漂着したのが日本の「お香」の始まりとされています。

平安時代、お香には魔除けの力があると信じられ、貴族の間ではお香を焚くのが日常になりました。優雅な文化が発展し、貴族のお姫さまたちは、お香を自分だけの香りにしようと独自の練香を作り、それを焚いた煙を自分の着物につけて、現在の香水のように香りを楽しんでいました。

普段私たちが何げなく使っている「香り」。それは時を超えて様々な歴史の中でドラマチックな物語や伝説を残してきたようです。いつの時代の女性も、身だしなみをきちんとして、優雅な気分を味わいたいという気持ちは共通なんですね。いにしえの時代に想いをはせて、ちょっと優雅な気分でお香を焚いてみましょうか。

ほんの少し時を止めてリラックス。その日の気分で香りの種類を変えてみるのもいいですね。皆さんのお部屋はどんな香りですか？

## 全国おみやげ辞典

路芝 島根県松江市

宍道湖を望む水の都、城下町松江。明治時代「怪談」などで世界に日本の文学を紹介した小泉八雲（ラフカディオハーン）が住んでいたことはあまりにも有名ですね。小泉八雲が愛した松江には、京都、金沢と並んで知られる伝統文化の和菓子があります。七代目藩主、松平不昧公が江戸の茶文化を持ち帰り、茶の湯を広め、和菓子を作らせたのが始まりで、現在もその伝統と文化は人々の心に息づいています。

お茶席にかかせないこの路芝は白ゴマの風味がいっぱいに広がり、素朴な中に上品な風合いをかもし出しています。



本店 風流堂  
島根県松江市白潟本町15  
<http://www.furyudo.jp/>

## 社長の日記

今年は予報に反して寒い冬となっています。寒いのが大好きな私にとって嬉しいことです。しかし、この時期は体調を崩しやすいので体調管理には気を付けております。まず、規則正しい食事と十分な睡眠。以前は朝食は食べたり食べなかったり、昼食は時間がバラバラ、おやつはしっかりとり、夕食は夜中の1時や2時。それから本を読んだり映画を観たりと睡眠時間も少なめでした。今ではしっかり朝食もと、夕食も早めにとって睡眠もたっぷりとしています。次に適度な運動。朝晩のラジオ体操、筋力トレーニング、柔軟体操はここ10年間は毎日欠かさず続けております。今春からは軽くランニングかウォーキングを始めるつもりです。それから、最近続けているのは生姜湯。土生姜をすり下ろしてお湯を加えてお茶代わりに飲んでます。一般には蜂蜜等を加えて飲み易くするそうですが、私の場合は何も入れずに頂きます。かなり苦く喉がヒリヒリしますが体がすごく暖まりますし喉の調子もいいです。おかげでここ数年風邪をひいていません。あとは、良く笑うことです。いつもニコニコ笑顔でいると周りも明るくなり環境が良くなります。周りが明るくなると何をやっても楽しくなりストレスも溜まりにくくなります。時には思いっきり笑うことも必要ですね！



今年は良く笑える1年にしたいですね(笑)

## 今日のひとりごと...



まだまだ寒い日が続きますが、風邪など引かれてはいないでしょうか？1月末から2月にかけては1番寒くなる時期なので、手洗い・うがいなど強化してこの冬を乗り切ってくださいね。

2月といえば節分にバレンタインデーですね。チョコレートを男の人は周りから頂いたり、女の人もしーパーやCMなどで普段より目にする機会が増えるので自分自身が異常にチョコレートを欲してしまうとよく聞きます。私もチョコレート好きなので、この時期は特に鞆に入っていないと落ち着かなくなります。(笑) ちょっとイライラした時や疲れた時にチョコを一口食べると心が落ち着いたりしませんか？チョコレートにはストレスを予防・回復させる働きがあるんです。チョコに含まれるポリフェノールの抗酸化作用によりストレスのイライラを和らげてくれるそうです。また、ポリフェノールには動脈硬化を防ぐ働きがあり、活性酸素を抑制してガンの予防や老化防止に役立つそうです。暴飲暴食やストレスなどが原因で起こる胃潰瘍もポリフェノールの力で予防出来ます。けれどカロリーが高いので、食べ過ぎには要注意ですが...。(泣)

身近にあるチョコレートをもう一度見直して、1年に1度くらいは自分へのご褒美として、少し高価なチョコレートを口にするのもいいかもしれませんね

## 今後のイベント情報



2月10日(日) 木工体験  
2月24日(日) 珪藻土塗り体験  
3月16日(日) 雑貨作り体験  
3月30日(日) 珪藻土塗り体験



時間は10:00~12:00  
までで参加費はいづれも¥500だよ



今月も読んでくれてありがとう。来月も一生懸命作ります。お楽しみに！

- 会社名 有限会社 ウィッシュ
- 社員の人数 4名
- 提供できるもの お家のリフォーム (素敵なインテリア、お洒落なお庭 etc.) マンション・店舗リノベーション
- 会社の場所 明石市大久保町大窪241-2-1
- 連絡先 電話 078-937-1305 Fax 078-937-7195 フリーダイヤル 0120-20-5381
- ホームページ <http://www.wish-reform.co.jp>
- メールアドレス [webmaster@wish-reform.co.jp](mailto:webmaster@wish-reform.co.jp)

配信の停止を希望される場合は、お手数ですが、弊社までご連絡ください。

暦 こよみ

二月 如月 (にがひかり)

季語 早春 雪解下萌

旬 バレンタイン 紅梅

行事 春菊 千代紙 大根 サワライワシ

2/3 頃 節分 今年の東方は丙の方位。 南南東。 おぼあちい内!!

2/4 バレンタインデー

二十四節気 陰暦の季節区分

立春 (2/4 頃) 一年の始まり

雨水 (2/18 頃) 氷や雪が解け、雨に変わります