

作成日		発行
2025. 03. 01 No.357		株式会社 秋山製作所 企画・デザイン室

ハレとケ

あまり聞きなれないかと思いますが“ハレとケ”という言葉をご存じでしょうか。“ハレとケ”とは、民俗学者の柳田國男氏によって見出された、民俗学や文化人類学における日本人の伝統的な世界観のひとつです。ハレは「晴れ」と書き、祭礼や年中行事などを行う非日常を表し、ケは「褻」と書き、普段の生活である日常を表します。日本人は古来よりハレの日とケの日を使い分けていました。ハレの日には、晴れ着を着たり、神聖な食べ物である餅や赤飯を食べたり、酒を飲んで祝ったりして特別な日であることを示しました。ケガレを落とした後の清々しさが「ハレ」であり、「晴れ舞台」「晴れ姿」などハレの気持ちを表した言葉がたくさんあります。「ケ」は普段通りの生活を送る日ですが、陰鬱な気持ちや何か良くない力、病気や死など生活が順調にいかなくなることを「気枯れ」=「ケガレ」と言って忌み嫌い、禊ぎ、清め、祓いなどを行いました。

弥生の月3月になり入卒シーズンをむかえました。特に月半ばに行われる卒業式は旅立ちのセレモニーで、卒業生にとってはまさに「晴れの日」「晴れ舞台」「晴れ姿」になります。卒業式は学校行事の中でも格式が高くセミフォーマルが基本ですが、卒業式をより一層特別な思い出にするためにも、お母さんにはパールブローチを合わせた華やかで上品な“ハレの日コーデ”をお勧めします。(M.U)

otona Brooch

シルバーダイヤ入り
パールブローチ



B6511



B6514



B6522

寝る時の靴下

夜寝る時に靴下を履いて寝ると答えた人は、男性で約 50%、女性で約 60%でした。

最近の睡眠に関する研究によると、睡眠に入る前の人の体は、皮膚の血流が増加して熱放散が活発化します。それによって体の内部体温が低下し、睡眠が誘発されるとのことです。この、内部体温が下がるという事が快眠の為に大切です。靴下を履いたまま寝ると、靴下の中に熱が閉じ込められ、足からの熱放出が妨げられます。また、足指が自由に動かせなくなり、毛細血管が締めつけられて血液循環が悪くなってしまい、より冷えやすくなったり、むくみが生じたりするおそれもあります。

眠りにつきやすくする為には、一度、身体の温度を上げることが大事だと考えられます。そのために、就寝前に温かいお風呂に浸かる・お風呂に浸かれない場合は足浴をする・足のマッサージをするといった方法がおすすめです。温めた足を冷やさないために、保温性のある靴下を寝る前まで履いておくのはいいですね。(N.K)



桜柄

日本の国花であり、古くから愛されてきた日本の象徴である桜。寒い冬を越え咲き誇るその姿は、春の喜びをもたらします。そのことから、桜の文様は幸先の良い「物事のはじまり」を意味するといわれます。その昔、咲き方によってその年の穀物の実りを占っていた背景から、「五穀豊穡」を表し縁起が良いとされています。また、桜が一斉に咲き誇る姿から、桜柄は「繁栄や豊かさ」の意味もあるといわれています。



桜柄は、様々なところで目にします。伝統工芸品でも桜をモチーフにした作品が多く存在します。その理由として満開の桜の花が織りなす美しい景色は、春の訪れとともに心を躍らせ、今しかない季節を感じさせてくれるからではないでしょうか。

今しかない季節をより楽しむために、季節の柄を取り入れ、暮らしを豊かにしてみたいはいかがでしょうか。(N.K)