



季節を知ったら  
暮らしが楽しくなった

（第四六九号）

夏至 六月二十一日

## 伊勢志摩サミット十年

三重県志摩市で伊勢志摩サミットが開かれて、十年が経ちました。平成二十八年五月二十六日の朝、伊勢神宮内宮の宇治橋前は大勢の人がつめかけていました。各国の首脳が次々に車で乗り付け、宇治橋を渡っていきます。最後にアメリカのオバマ大統領が「ブースト」と呼ばれる巨大な大統領専用車から降り立った姿は今もはっきり覚えています。

各国の首脳は伊勢神宮の印象についてこう記しています。

「幾世にもわたり、癒しと安寧をもたらししてきた神聖なこの地を訪れることができ、非常に光栄に思います」（アメリカ・オバマ大統領）。

「日本の源であり、調和、尊重、そして平和という価値観をもたらす精神の崇高なる場所にて」（フランス・オランド大統領）

「ここ伊勢神宮に象徴される日本国民の豊かな自然との密接な結びつきに深い敬意を表します」（ドイツ・メルケル首脳）

コメントを読み返すと、首脳たちが伊勢神宮という日本の聖地で、神聖な気持ちになったことが伝わってきます。私もサンアリーナに設けられたプレスセンターで、各国のメディア関係者に伊勢神宮についての感想などを直接聞くことができた貴重な機会でした。

じつはこの日、天気予報は雨でした。しかし、予報を覆して、曇り空に。首脳たちが内宮を訪れた頃には、薄日までさすほどに回復していました。伊勢志摩の地で国際的な会議が行われたことで、地域は大いに沸き立ちました。

季節は一年のうちで最も昼の時間が長く、夜が短い夏至。夫婦岩で知られる伊勢の二見浦では、夏至祭が行われます。梅雨の最中ですから、こちらもお天気が気になるところです。

文 千種清美



# おかげの里便り

## おかげ横丁

### ○ 七夕の節句

7月7日は、五節句の一つ七夕です。芸事の上達を祈る風習から生まれ、庭に供え物をし、五色の短冊に願いを託して星の神様に祈りを捧げてきました。

おかげ横丁では笹の葉ゆれる夏空を楽しんでいただこうと、町中に七夕飾りを取り付けます。夏を迎えたおかげ横丁で星に願いごとをしてみたいはいかがですか。

日 時／7月1日(水)～7月7日(火) 10:00～17:30 (催しにより異なる)

場 所／おかげ横丁一帯

### ● 七夕飾り

昔ながらの七夕飾りを取り付けた笹竹を横丁一帯に飾り、町全体で七夕の節句をお祝いします。笹竹の傍に短冊が用意してあるので、願い事を書いて枝に飾ることもできます。

### ● きっこうでん 乞巧奠

乞巧奠は、中国から奈良時代に伝わった宮中行事で、織姫星にあやかって裁縫の上達をお祈りしました。庭先の祭壇に針などを供えます。

問い合わせ/おかげ横丁総合案内「おみやげや」電話0596-23-8838

## 五十鈴塾

### ○ 夏至に寄せて「夏至の過ごし方」

昔の人々にとって夏至は重要な日、「自然と共に生きる知恵」が詰まっています。

また体調的にも昼が長くなることで寝つきが悪くなったり、気温と湿度の変化でだるさを感じる人も増え、「夏バテの予兆は夏至から始まる」とも言われているのです。

原因は「自律神経の乱れ」や「睡眠の質の低下」。この時期は自然と自分の体の両方に耳をすませ、無理をせず軽めの運動や食生活の見直しが大切！

関西地方では、夏至にタコを食べる風習があり、夏バテしやすいこの時期に「高たんぱく・低脂質」で疲労回復にも効果的です。

伝統的な風習や季節の食材をゆったり味わう。そんな時間を夏至の日に過ごしてみたいはいかがでしょう。

## 五十鈴茶屋

### ○ 五十鈴茶屋節気菓子

さと ほたる  
里 の 螢

宮川の支流・横輪川は、伊勢では螢の名所として知られており、源氏螢や平家螢が美しい光の舞を見せてくれます。白箔とこし箔を、金柑の入った葛寒天で包み、螢火が描き出す情景を表現しました。

あ じ さい  
紫 陽 花

梅雨空の下、色鮮やかに紫陽花が咲いています。紫陽花の名は、藍色が多く集まる様子を指す「集真藍（あづきあい）」という古語に由来するそうです。羊羹のきんとんで、紫陽花の七変化を表現しました。

こく どう かん  
黒 糖 羹

サトウキビの搾汁を、そのまま煮詰めてつくられる黒砂糖は、太陽と大地に育まれた、自然の恵みです。黒糖の羊羹と錦玉を、琥珀のような色合いに仕上げました。こくのある甘みで、ひと時の夏時間をお過ごしくださいませ。