

暦にふれる

日本には春夏秋冬の四季だけでなく、二十四の気という季節がある事を知っていますか？
二十四節気(にじゅうしせつき)とは一年を春夏秋冬の四つにわけ、さらにそれぞれを六つに分けたものです。
今でも立春・夏至・立秋・冬至など季節を表す言葉として、それぞれの季節にふさわしい名がつけられています。

芒種(ぼうしゆ)

六月五日～二十日ごろ

芒種とは、稲や麦など穂先に芒(のぎ)という針のような突起をもつ穀物の種を蒔くころのこと。梅の実が青から黄色に変わり、次第に梅雨めいてくる季節です。

夏至(げし)

六月二十一日～七月六日ごろ

夏至とは、一年でもっとも昼が長く、夜が短いころのこと。これから夏の盛りへと、暑さが日に日に増していきます。

旬のことば にゅうばい
入梅

梅雨入りのことを栗花落(ついでり)とも。梅雨の季節に咲く花に、栗の花があります。しとしと降る雨のなか、栗の花が咲き散ることからこの字をあてたそう。入梅ともいいますが、暦の上での入梅は、太陽の黄経が八十度に達する日とされ、六月十一日前後になります。

～芒種に旬をむかえる食材～

らっきょう・トマト・梅・すずき・するめいか

春の乾燥から一変、ここからは低気圧や湿度の上昇などによる体調不良を感じやすくなる時期です。食べやすいさっぱりしたメニューで元気に過ごしましょう。

【旬の献立】

トマトとらっきょうのマリネ・スペアリブの梅煮・すずきの洗い・いかそうめん



旬の行事 なごしのはらえ
夏越の祓

六月と十二月には、罪や穢れを落とす祓えの行事があり、六月の大祓を夏越の祓、十二月を年越の祓(としごしのはらえ)と呼んでいます。夏越の祓では、多くの神社に茅草(ちくさ)で作った輪が立てられ、茅の輪くぐりを行います。



～夏至に旬をむかえる食材～

みょうが・オクラ・いちじく・鮎・かんぱち

気温が高く身体に熱がたまりやすい時期です。適度に水分のある涼性・寒性(冷やす性質のある)の食材をとり入れて身体をいたわりつつ、エネルギーをとりましょう。

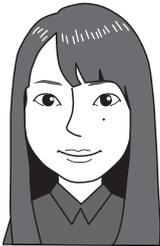
【旬の献立】

みょうがの炊き込みご飯・オクラといちじくの揚げ浸し・鮎の塩焼き・かんぱちの洋風なめろう



みみよりな社員の6

このコーナーは、クリクラ南九州のスタッフが月替わりで自分の趣味・特技などについて語るコーナーです。



今年2月に鹿児島支店に入社いたしました永田と申します。事務を担当しています。入社して3か月が経ち、まだまだ不慣れな点も多いですが、一つ一つの仕事を丁寧に出来るよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



趣味:ドライブ

GWは熊本の小国町にある鍋ヶ滝に行ってきました。お茶のCMのロケ地となった場所とのことで観光客も多かったですが、滝を内側から見ることができ、マイナスイオンたっぷりとても癒されました。



クイズに答えてボトルをGETしよう!

下のQRコードを読み込んでクイズに答えていただくと、正解者の中から抽選で10名様にクリクラボトルを1本プレゼント!!

※当選者の発表はお届けをもって代えさせていただきます。
回答期限:2024年6月30日23時59分



▶5月号の答え 『1.コック』

クリクラのウォーターサーバーはコック式のシンプルな操作性で、災害時や停電時でも安心して使用できます。

Q. クリクラウォーターサーバーの取り扱い注意点として、設置の場所に適していないのは、次の内どれでしょうか?

- 1.平坦な場所
- 2.風通しの良い場所
- 3.壁から10cm以内の場所
- 4.直射日光が当たらない場所

