

## ● 2/2(土) 三谷三郎池周辺の歴史と自然を巡り「七草がゆ」を食べよう

主催/高松市キャンプ協会

### <三谷三郎池周回コース>

①高松市南部運動場（春の七草解説）⇒②七草採取⇒③矢野古墳⇒三郎池自然公園（休憩）⇒④石船古墳⇒⑤七草採取⇒⑥南部運動公園（七草がゆ食事）約 5.5 km（90 分）



①出発前に春の七草について勉強



運動場を右手に折れ西周りに進む



②セリ、みい一つけた！

「春の七草」とは何。七草はどんなところにあるの。「飽食の時代」といわれる今日、日本の良き文化が忘れ去られようとしています。子供たちは実物に触れる体験が不足しています。

高松市キャンプ協会では皆さんに郷土の自然・文化に親しみ、理解し愛する心を育てていただくことを目的にこの行事を企画しました。さあ皆さん、北風が吹いてさぞかし寒いことでしょうが、散策しながら春の七草を見つけ、楽しい仲間たちと心も体も暖かくなりましょう。（当日配布資料から）

③矢野古墳



⑥サツマイモ入り七草がゆ、好評でした



⑤これハハコグサ？七草採取難しい



④石船古墳

<春の七草は、どんなもの> **和歌** セリなずな ごぎゃうはこべら ほとけのぎ ずずなずずしろ 春の七草  
 ・セリ ・ナズナ ・オギョウ（ハハコグサ） ・ハコベラ（ハコベ） ・ホトケノザ（コオニタビラコ）  
 ・スズナ（カブ） ・スズシロ（ダイコン） （当日配布資料から）

<七草の行事> 四世紀ごろ、中国の太宗文王(たいそうぶんのう)のころから始まり、宇多天皇(867~931)のころ日本に伝えられ、「枕草子」にも「七草の若葉」の記述がみられる。江戸時代には、「七草の御祝辞」として五節句の一つに数えられ年中行事として最も盛んになった。

秋の七草が文学的情緒を伝えるものに対し、春の七草は生活に強く結びついたものであり、それ故に現在まで広く伝えられてきたものである。それは、全てのものが新しくなる正月に、新しい生命をひそめてこの地上に早く萌え出た若葉を食べれば、自分の生命を延ばせるという考えによるものであり、長寿と幸福を祈るものであった。

これを正月七日に粥に煮込んで食するのが冬季のビタミン不足を補う意味からも合理的なものであった。近年は、正月にご馳走を毎日食べ。七日ごろには粥と七草でビタミンを摂取して意を休めるためだともいわれる。（当日配布資料から）