

暮らしを彩る年中行事

二月八日 針供養 法輪寺(裁縫、手芸の上達を祈願する。菫菫を供え飾り糸のついた長い針を刺して供養する。)

二月十一日 初午大根焚き法要(十四日まで) 三千院(不動堂で護摩祈禱の後、大原の畑でとれた大根で大根炊きが行われる。)

七草粥 城南宮(七草粥を食し無病息災を願う。源氏物語の若菜の巻にちなみ昔ながらに春の七草を供え参拝者に七草粥の接待が行われる。)

二月二三日 五大力尊仁王会 醍醐寺(一五大力尊仁王の名で親しまれる金堂での一五大力尊仁王会一法要。十二時から五大力尊仁王と呼ばれる大鏡餅を持ち上げ力奉納が行われる。京都府下で木造最古の建築物である五重塔をはじめ国宝、重文財が多数ある寺院。塔頭の三宝院もおすすめ。)

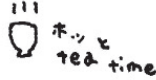
二月二四日 幸在祭 上賀茂神社(一さんあれーと読み、男子十五歳の元服を祝う行事。摂津大田神社、山の神に十五歳の元服を奉告してまわる。ちなみに大田神社のカキツバタ群落は天然記念物。見頃の頃にもぜひ。)

二月二五日 梅花祭 北野天満宮(菅原道真の祥月命日である当日は境内に野点席が設けられ上七軒の芸舞妓による点前が披露される。また、この日は月一の縁日一天神さんーも開催されている。梅を愛した祭神の菅原道真を偲び境内には五十種約千五百本がある。例年より二週間早く始まった梅苑の公開は三月下旬まで。)

三月一日 涅槃図公開 真如堂(宝永年間に描かれた立て六m横四mの極彩色涅槃図が公開され一花供養(はなくそ)あられーが授与される。)

三月一日 春の人形展 宝鏡寺(百々御所ともよばれる宝鏡寺で、多数所蔵する歴代皇女ゆかりの人形を春秋公開し人形供養を行う。三月は雛人形を中心とした人形展で、一日には雛祭りイベントも開催される。)

今月の節季茶



今月のテーマ
「春のデトックス」

メインは紅花ベースに
黒豆・桑の葉・ネトル・女貞子をブレンド。
黒豆の香ばしい香りと紅花の鮮やかな金色が
きれいをお手伝いします。

～主な効能～

黒豆: 体に精がつき、水分代謝をよくし、
生活習慣病予防に効果があります。

紅花: 滞った血液を流してこりや痛みを和らげてくれます。

桑の葉: 鉄分・カルシウムが豊富で疲労回復にも効果がありま
す。

ネトル: 血をきれいにし、作り出す成分が豊富に含まれています。

女貞子: 足腰膝の強化、ほてりをさましたり、
白髪の抑制にも効果があります。

節季茶とは
「レンタルキッチン&スペースKnocks」主催の講座
「唇と養生(ゆらね)」と「てんぐ堂製薬膳茶」のコラボ茶。
季節ごとの養生の手助けになる薬膳茶で
毎月の講座と運動して新作を発売していきます。

てんぐ堂さんからのお知らせ
てんぐ堂の薬膳茶のコンセプトは「食事の邪魔をしない味」です。
できるだけクセのない飲み口にブレンドしてあります。

今回新発売の「デトックス茶」の他

レギュラーブレンドは
「花粉症」「冷え性」「疲労回復」「リラックス」の4種類。

お求めの方は、宇治市「レンタルキッチン&スペースKnocks」

<https://www.facebook.com/knocks96/?fref=photo>

もしくはゆらねまで

暮らしと食

節分 恵方巻



初午 煙草の辛し和えを食べ

煙草の辛し和えを食べ
伏見稲大社へ参る。
同社稲大社へ参る。
伊呂具に仕立て
茶をネ好物に仕
キツネの縁起がよ
辛子を効かせた
食べると縁起がよ
と伝えられいる。

雛祭

始め千切
笹引切



ひまわり
317切

豆知識

俗に算盤面と
呼ばれるお寺は
次のうちどこが
(ア) 妙心寺
(イ) 南禅寺
(ウ) 建仁寺
(エ) 東福寺
(オ) 叡仁寺

大徳寺の茶室
千利休の掃依。殆
どの塔頭に茶室。
南禅寺の武家面
武家の信仰あつ

建仁寺の学問面
五山の文学。詩文
術に秀でた僧。芸

東福寺の伽藍面
大伽藍。伽藍面

妙心寺の組算盤面
徹底的に組算盤運

【発行人】

ゆらね推挙担当 三木哲哉
京都伏見で推挙とレイキのスクールとサロンをしています。
陰陽五行の自然観を学びながら整体や養生のことを、楽しくマジメに伝えてます。
出張してのワークショップ・イベント・お話し会・施術なども開催。
みんな楽しい場が作れたらうれしいです。新しいご縁、お待ちしております。
ご予約・お問い合わせは tetsuya.miki@yurane-seitai.com まで
HP <http://www.yurane-seitai.com>

【新聞編集】

夜スイナスタッフ mu-ran
夜スイナ@ゆらね 月曜日18:00~L.O.21:00(予約制) 2/1, 15, 29 3/7, 14, 28
mail mu-ran193@hotmail.co.jp
tel 09096113230
blog <http://muran193.blog.fc2.com/>
twitter @mimiosumaseva

編集後記

春になんかよさげな
イベントないですか？
出店希望。
推挙かレイキか占いで。
三木



節分いかがお過ごしでしたか？
私は福豆を求めて、
伏見の街を縦横無尽に駆け巡り
やつとの思いで手に入れまし
た。

その貴重なお豆で
昔ソフボールで鍛えた左腕を
フル活用し、全力投球したとさ。
豆撒きをしましたとさ。



ム

カラダのメンテナンスに
ぜひどうぞ