

4月(卯月)



- 被災された皆さんへ
- 弥生の空は見わたすかぎり
- カルシウムってどこから来た…



発行 株式会社 マインド
東京都東久留米市滝山5-1-13
西山ビル2F
フリーダイヤル 0120-088-056

(株)マインドはカルシウム強化米「カルライス」のメーカーです。

東北関東大震災で被災されたみなさんへ

3月11日2時46分に発生した地震と、それに伴う大津波が東北と関東の東海岸を襲いました。不幸にも、この大震災でお亡くなりになられた、数え切れない方々の御霊に、謹んで哀悼の意を申し上げます。

また、災害に遭われ、家族や親類、家屋や家財ばかりでなく、町や村をそっくり奪われ、今もなお避難生活を強いられている皆さんのご苦労は計り知れず、かけるべき言葉も見あたりません。しかし、必死に頑張っている姿を見るにつけ、私たちにとって、この日常がどれだけ尊いものであるのかを、あらためて痛感させられます。

自らの一日一日を大切に、この大震災からの復興に微力ながら手助けが出来るよう、姿勢を正し、前を向いて、皆と手を携えて歩いて行こうと思います。

被災された皆さんにおかれましては、生活物資も不十分で、住むところもままならない困窮の状態の中、どうか気持ちを強くもって、生き抜いて頂きたいと願います。マインド一同、微力ながらお役に立てるよう、応援させて頂きたいと思っております。

弥生の空は見わたすかぎり さくら…さくら

4月に入るといよいよ桜前線も北上して来て、高知ではもう桜が満開だそうです。いつまでも寒かった東日本にも桜の咲く暖かい春がもうすぐそこまでやって来ています。桜と言えばお花見ですが、「日本人はどうして桜が咲くと花見をするのか？」という疑問を持った人がいました。(西岡秀雄著 なぜ日本人は桜の木の下で酒を飲みたくなるのか? PHP 親書) 日本人のルーツに繋がる考察を皆さんに少し紹介したいと思います。

梅の花や桃の花の下ではあまり宴会はしませんが、桜は多くの場所で植えられていることもあって、と言うよりお花見用に植えているところも沢山あって、上野のお山では毎年ところせましの盛り上がり、各地でも桜の名所は似たり寄ったりの賑わいに違いありません。

話はその現代の盛り上がりによそに、時代は縄文時代約4000年～5000年ぐらい昔に遡ります。まだ日本人が農耕を始めて間もない頃、山でも狩猟が行われていて、山には山の神様がご健在でした。秋から冬にかけては、木の実や食料用のけものを恵んでくださり、春になると里に下りてきて、暖かい空気を運び草花を咲かせて、農耕の手伝いをしてくださいました。そんなありがたい山の神(自然信仰)は「サ神」と呼ばれていたそうです。その「サ神」様は山から下りてきた印にある木に花を咲かせ、毎年農耕の始まるの時期を教えてくださいました。その木は「サクラ」(サ座)と言われ、「サ」は神様、「座」は神様が集まる所、クラを言い、山の神様の精霊が宿る木をそうよんだようです。

こんな風に「サ」の付く言葉はたくさんあって、神様に捧げ(ササゲ)ものをするとき大事なサケ(酒)や、酒を出せばおつまみを添えますが、それはサカナ(肴)そのまま差し出すのは失礼なのでサラ(皿)に載せる。と言ったようにこの「サ神」様と関連する「サ」のつく言葉はそのほかに上げれば枚挙に暇がないほどです。中でも一つピックアップすると、「サチ」(幸)です。結婚式の時に「幸多かれと祈る」という幸です。「サ」の神様が千(チ)も集まる意味で「サチ」と言うなどは、なるほどとうなずけます。私たちの祖先の古代人は生活や政(まつりごと)の中で「サ」と言う言葉を沢山使っています。

山から神様が下りてきて春になり、冬ごもりが解けた開放感の中で、神様を酒や肴でもてなしてお祝いをする。このようなお祝いが古代、日本の山里のどこそで行われて来たのが、今も日本人が桜の下で花見をする習慣になった始まりのようです。・・・どうやら山の神様もそろそろ私たちのそばまで来ているようですね、ただしお酒は飲み過ぎずに、ほんのり「サクラ」色ぐらいがよろしいようで。

そうそう、大きなサクラの木の下でサクラ吹雪に吹かれながら、ものの哀れを思い、平安貴族の和歌など思い浮かべる人も少なくないかと思いますが、実は今私たちが見ている桜はほとんどがソメイヨシノという種類の桜で、この染井吉野という桜は江戸時代の末期に江戸の染井村(現在の東京都豊島区駒込)の植木屋さんが観賞用に売り出したのが、全国に広まったとの説が有力です。名前の染井吉野は奈良吉野山のヤマザクラが古来「吉野桜」と呼ばれていたもので、混同を避けるために地名の染井を付けたそうで、つまり歌で詠まれている平安時代の桜は清楚なシロヤマザクラということになりそうです。

カルシウムってどこから来たんだろう。(地球を食べて生きているわたしたち)

日本の土壌にはカルシウムが少ないと言われています。いったいこのカルシウムはどこから来るのでしょうか。カルシウムに限らずミネラルは英語で鉱物を意味しています。鉱物と言えば金・銀・銅・鉄・亜鉛等々天然の金属のことを思い浮かべますが、金属を体が必要とすると言うのも変な感じがしますが、その金属、特にカルシウムはどこから来ているかと言うと、地面です。地面というとなにか変ですが、ここで言う地面は地球の表面、地層のことです。この地面のことを調べていたら当然と言えば当然なのですが、次のことに思い至りました。

私たちは普段食料品をお店さんから買ってきて、調理をして、食べているわけですが、あまり地面との繋がりは感じません。もちろん大根やほうれん草に泥がついていたりして、地面で出来ているのは知っているのですが、肉や魚に至ってはほとんど地面との関係を感じないでいただいています。でも、考えて見れば地球上に存在する全てのものは、この地層の上にある（海を含めて）物質で出来ていると言う事実です。

つまり私たちはまさしく地球の一部で、地球そのものなのです。生物が何かを食べると言うことは、地球を食べていると言うことで、栄養士さんは私たちと地球との仲を取り持ってくれていることになるわけです。

そこで本題に戻りますと、カルシウムが地面に現れるのは地質調査などから、2つの出来事が考えられています。まずは海の中に含まれていたカルシウムが、自然に堆積して海底に積もったと言うことと、もう一つは海中の生物（珊瑚）などが大量に死んで海底に堆積したと言うものです。のちに両方とも海底が隆起して陸となり地層を形成したと言うもので、地層の3%はカルシウムで占められています。つまり地面のまえには海にあったのだと言うのが、カルシウムの起源のようです。

それではなぜ日本の土壌にはカルシウムが少ないのでしょうか、たとえばユーラシア大陸の広大な草原地帯には少し穴を掘ると炭酸カルシウムの白い層がいっぱい見られるそうですが、日本では雨が多く森林地帯が非常に多いので、ほとんどのカルシウムは雨水によって流されてしまいます。また、火山地帯ですので、その上に火山灰が積もって土壌を形成しています。そのため世界でも希な、カルシウムの少ない土壌となっていて、少ない平地はほとんどが稲作中心の農業のために改良された、人工土壌でこれも又カルシウムが少ない土となっています。

日本のように地面にカルシウムが少ない場合、そこに育つ作物にもカルシウムが少なくなりますし、それを食べて育つ食肉獣にも当然少なくなり、そこを流れる川や地下水にも当然ながらカルシウムは少なくなります。つまりはそこに住む日本人はカルシウムを工夫してとる必要が生まれてくると言う訳なのです。