

大阪市立市岡東中学校

元気アップ便り

元気アップコーディネーター 千葉清二

こんにちは。とてもすがすがしい新緑の季節となりました。まさに「目に青葉 山ホトトギス 初鰯」の季節ですね。この俳句は江戸時代中期の俳人、山口素堂の作です。この句が一躍有名になり、江戸っ子の間には初夏に出回る「初ガツオ」を食べるのが「粹」とされました。いろいろな季節の食べ物もいわゆる「初物」は縁起もよいとされ珍重されたのです。しかし、関西ではカツオが夏から秋にかけて三陸沿海まで行ってたっぷりと肥え、しっかり脂をたくわえて、また戻って来るいわゆる「戻りカツオ」が好まれました。いずれにしてもカツオには健康に良いとされるDHA（ドコサヘキサエン酸）やEPA（エイコサペンタエン酸）を豊富に含み、低カロリーでヘルシーですよ。（DHAやEPAというのはオメガ2脂肪酸に分類される成分で、脂肪酸については高校で習いますが、いずれにせよ私たちの健康に欠かせない必須脂肪酸です。）

私もこの句は昔からよくきましたが、視覚で緑、聴覚でホトトギス、味覚でカツオとうまく3つの季語が入っていて「本当にいい俳句だなあ」と思います。今テレビ番組で芸能人が作った俳句を評価する番組があり、なかなかの高視聴率と聞きますが、もしもこの俳句を素人の芸能人が番組の中で作ったとしたら（まあ無理でしょうが）、どのように評価されるでしょうかね・・・。一般には季語は2つ入れてはいけないとされるのですが、それを逆手にとって3つ入れ、しかもそれぞれが人の持つ感覚器官で季節を感じられるという本当にじょうずに作られていますね。さすがと感服します。

元気アップ学習会のお知らせ

この「元気アップ便り」と同じ時期に、3年生のみなさんには5月の学習会の予定および申込書を配布します。

この予定表にも掲載されていますが、中間テストが5月下旬にあります。この対策や日ごろの学習のお手伝いのために「元気アップ学習会」を実施しますので、ぜひ参加しましょう。

若いみなさんもこの季節は気温の変化が大きく、また連休明けは何かと体調がすぐれず、だるい感じがするのですが、気を引き締めて勉強にクラブに頑張ってください。