

3 / 19

友引 木

旬のもの つくし

「土筆 誰の子 スギナの子」この歌でも知られるとおり、春に一般に「つくし」といわれる胞茎を生じ、後に緑色の鱗葉を輪生します。地上部には、鎮咳作用のあるサポニンの「エキセトニン」、アルカロイドの「エキセチン」、利尿作用のあるフラボノイドの「イソクエルシトリン」「グルテオリン」「エキセトリン」など全草が利用されます。春にはつくしを食用や、お茶として利用します。つくしのほろ苦さが好きな人と苦手な人に分かれていますが、苦手な人はしっかりアク抜きをすれば気になりません。腹痛の緩和・咳止め・二日酔い・ガン予防・貧血防止・ストレス解消などに効果があります。

ミュージックの日

「ミュージー (3) ジック (19)」の語呂合わせから、音楽関係者の労働団体・日本音楽家ユニオンが1991 (平成3) 年に制定した記念日。音楽の素晴らしさや楽しさを知ってもらい、音楽家と聴衆との素敵な出会いを夢見て提案された記念日です。全国各地でさまざまな活動が行われています。

カメラ発明記念日

1839 (天保10) 年、フランスのルイ・ジャック・マンデ・ダゲールが、史上初となる実用的な写真機を発明しました。「ダゲレオタイプ」と呼ばれるこの写真機は、長時間露光させるため写真機の前で長時間じっとしていなければなりませんでした。大変な人気を集め、世界中で急速に普及しました。

3 / 20

先負 金

旬のもの 三つ葉

セリ科で、旬は春から夏です。三つ葉を食用としているのは、中国と日本だけです。三つ葉は数少ない日本原産の野菜で葉の型が三つの小葉からなることから三つ葉と名がつけました。昔はセリ (芹) の変種とされていて、別名をミツバゼリともいいます。三つ葉にはビタミンAが豊富で目や皮膚の粘膜を保護し、視力低下や肌のトラブルに有効です。鎮静効果もあって不眠症に効果がありイライラの解消になります。三つ葉を買ってくる時は、香りが強く、葉の緑色が綺麗なものを選びます。使う時は、食べる直前に切り分けて使います。長い間、汁などの上においてしまうと、あっという間に香りが飛んでしまいます。

電卓の日

1974 (昭和49) 年のこの日に、日本事務機械工業会 (現 JBMIA) が日本の電卓生産数が年間1000万台を突破したと、国産の電卓が発売されて10年の節目になるのを記念して制定しました。実際は1964 (昭和39) 年3月18日にシャープが発売したのがはじめてですが、覚えやすいよう記念日は3月20日にしたといわれています。

上野動物園開園記念日

1882 (明治15) 年、日本初の近代動物園として、東京・上野に「上野動物園」が開園したことを記念して設けられました。現在、上野動物園では、スマトラトラなどの希少動物をはじめ日本で最も多くの種類の動物を飼育しています。1972 (昭和47) 年には、中国からジャイアントパンダ「カンカン」と「ランラン」が来園し、パンダブームが起きました。