



歯っぴいレター

2011.2

発行：さいとう歯科
 〒272-0137
 千葉県市川市福栄 3-18-22
 Tel : (047)399-8217
 Fax : (047)399-8217
 HP : <http://www.saito-dent.com>

「鬼やろう」の節分ばなし

「鬼は外、福は内」でお馴染みの節分。でも、節分が年四回あったってご存知でした？

節分は、季節を分けると書くとおり、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指す節日(せちじつ)でした。今のように、立春の前日を特に節分と言うようになったのは江戸時代から。

カレンダーには、二月四日に「立春」と記されています。でも、旧暦では正月節とも言い、江戸時代以前の太陰暦を使用していたときは、立春を元日と同じとみなしていたのです。だから、年賀状の初春や迎春の言葉も、その名残。そして、一年の幸福を願う立春正月の前日、この大晦日にあたる日に行われる行事が、今日の節分として定着したのです。

季節の変わり目や道の交差点、村の境などは、異界への入り口が生じやすく、邪気や鬼が現れると考えられていました。そこで、鬼を払う様々な行事が行われてきました。

今日でも古式の神事が執り行われている京都の吉田神社。この日は日中、赤鬼・青鬼・黄鬼が境内をうろついています。ちなみに、赤鬼は怒り、青鬼は悲しみ、黄鬼は苦しみを表しています。そして夕方6時になると、俗に「鬼遣(やらい)」と称す追儺式(ついなしき)が始まります。

追儺式の主役は、黄金の四つ目の仮面を被って盾矛を持った方相氏(ほうそうし)。目が二つ多いのは鬼を見るためのもの。仮子(かしんし)という松明を持った子供たちを従え、陰陽師(おんみょうじ)の祭文が終れば、「鬼やろう」の大声を発し、盾と矛を合わせて打つこと3度、鬼は舞台を逃げ回り退散します。そして、鬼が去った後、最後に桃弓と葦矢で境内を祓います。

また、京都の参拝者は、この日に古い御札を納め、御焚き上げをします。

この追儺式、中国では「儺(な)」と称し、商(紀元前14・15世紀)の時代から行われていました。特に皇帝が行う大儺は除災と招福を目的とする国家行事でした。

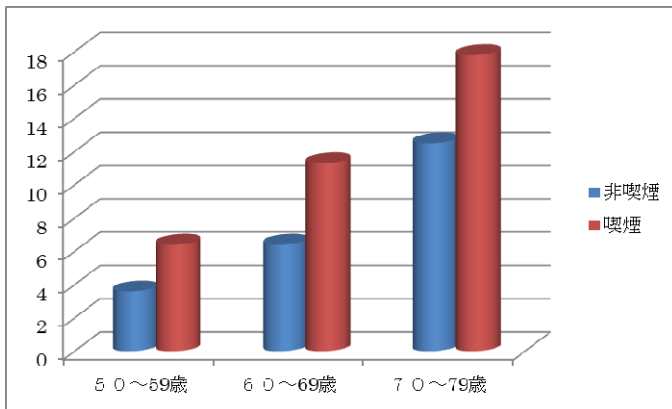
我が国では、文武天皇の慶雲3年(706)に、宮中で「土牛(どぎゅう)」を作って疫気を祓ったと『続日本紀(しよくにほんぎ)』に出ています。この儀式は中国の『礼記(らいぎ)』に記されている追儺式のひとつです。平安時代に入ると大寒の日に宮中の12の門に「土牛童子(童子が牛を引く人形)」を立て、これを立春の前日に片付けました。土牛は十二月と陰の気、童子は鬼門を表わすので、それを立春前日に取り除くとの意味があります。そして、宮中では方相氏が「鬼やらい、鬼やらい」と言って、童子が豆を撒きながら悪鬼を追い払い新年を迎える行事が行われていたのです。豆撒きは、豆が魔滅に通じるためだといわれています。この宮中行事が室町時代に民間へ伝わり、今日の節分になりました。

節分は、幸福や健康長寿を祈り、それを叶える年神様を迎えるために、穢(けがれ)を祓い清めた大切な行事なのです。



タバコを吸うと歯がなくなる？

まず、下のグラフをご覧ください。これは、喫煙者は非喫煙者より早く、そして多くの歯を失うことを示しています。縦軸は失った歯の本数です。



平均喪失歯数 堀岡隆ら「口腔衛生学雑誌」2006. 56 (グラフの形式は改変)

喫煙で思い浮かぶのは、肺ガンでしょうか？歯を失う原因の一つ、「歯周病」が喫煙と関係が深いことは余り知られていないかも？



左は、非喫煙者の歯の写真です。歯ぐきは、きれいなピンク色をしていますね。しかし、喫煙者のお口の中はどうでしょうか？ご存じの通り、タバコにはニコチンが含まれています。

↑ (日本ヘルスケア歯科研究会より)

ニコチンは、毛細血管を細くします。このため、喫煙される方の歯ぐきはピンク色ではなくなるうえ、メラニン色素沈着で黒ずんできます。

歯周病は、歯ぐきの腫れる「歯肉炎」から始まって、歯を支える骨(歯槽骨)まで炎症が及ぶ「歯周炎」へと進行していきます。そして、この歯槽骨が溶けていく(吸収といいます)ことで歯が抜ける病気です。

喫煙されていると、タバコに含まれる一酸化炭素の影響で「歯周病」の回復に必要な組織再生細胞の働きが妨げられることとなります。つまり、歯周病治療の効果が上がりにくいことになる訳です。

喫煙の「歯周病」へのリスクは、大阪大学予防歯科学教室の研究によると、非喫煙者に比べて2~9倍になるとしています。

皆様には、健康なお口で生活されることができるよう、私たちからの禁煙支援がとても大事な、と感じています。

参考引用：齋藤麗子 たばこをやめたい、やめさせたい人のできる！禁煙，女子栄養大学出版部，2008