

歯っぴいレター

2011.3

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>

「雛まつり」 うんちくばなし

○雛まつりの歴史

今日の「雛（ひな）まつり」は、もともと「上巳（じょうし）の節句」という、五節句のひとつでした。

中国の後漢（ごかん）の時代、三月初めの巳（み）の日（上巳）に女兒の三つ子が亡くなり、禍（わざわい）を恐れて川に清めの酒を注いだ盃（さかづき）を浮かべて流しました。その後、上巳を3月3日とするようになり、この日を女子の祓（はら）いの日とする風習が広まりました。

日本には、この風習が二つに分かれて伝わりました。盃を川に流す清めは、水のほとりに座り、盃が通り過ぎないうちに詩歌（し）を詠ずる雅な「曲水（こくすい）の宴」となり、本来の意味から離れていきました。

一方、祓（はら）いの日、奈良時代からあった「人形（ここから下は「ひとがた」と読みます）」でお祓（はら）いをする儀式と結びつきました。「人形」は、人の形に切った木や金属の板、紙に、自分の厄を移して川に流すお祓（はら）いの道具です。「人形」とは別に、古来より宮中・貴族の間では、子供が誕生すると、その子の災難の身代わりとなるよう祈念を込めた「天児（あまかつ）」をつくり、子供のそばに置きました。この「人形」と「天児」



人形(ひとがた)

が融合し、厄身の身代わりとして「人形（ここから下は「にんぎょう」と読みます）」を川に流す「捨て雛」「流し雛」となりました。

中世に入ると人形づくりの専門化がはじまり、宮中では幼女の人形遊び「ひひなあそび」が流行しました。そして、3月3日に「ひひなまつり」を行うようになり、華麗な「飾り雛」と変化しました。「雛まつり」



天児(あまかつ)

の名称もここから来ています。

江戸時代に入ると、大奥や豪商の屋敷では、競って絢爛豪華（けんらんごうか）な「雛人形」が飾られるようになり、今日のような「壇飾り」が誕生しました。

今でも、ひとりの女性に対して一式の雛人形を揃え、親・姉から譲り受けない風習に、元来の身代わり人形代（ひとかたしろ）の考えが遺っていると云えます。

○お飾りうんちく

雛人形を「内裏（だいり）雛」「親王（しんのう）雛」と言います。「内裏」は天皇、「親王」は皇太子のことです。古来より「天子（天皇）は南に向いて座る」きまりがあり、太陽の昇る東、南を向いての左が上位とされていました。つまり、お内裏様は向かって右に、お雛様は左に置くのがもともとの飾り方です。これは、京雛の飾り方として残っています。武家の江戸雛は逆の飾り方をします。現在、皇室での立ち位置は逆になっていますが、これは明治時代、西洋式に変更されたためです「左近（さこん）の桜、右近（うこん）の橘」「左大臣」「右大臣」も、天子から見ての左右です。飾るときは、向かって右側に桜・左大臣をお飾りします。

「宗像沖ノ島と関連遺産群」世界遺産推進専門家会議研究員 篠原祐一

おなじみキシリトールのおはなし

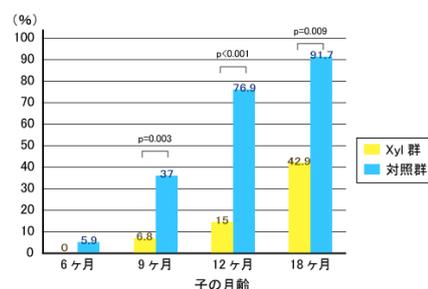
【妊娠したらキシリトール】

むし菌は、歯の表面にすみつきやすいため、歯が生える前の赤ちゃんにはむし菌はいないですね。でも、歯が生えてくるとむし菌を家族からもらうようになります（これが感染です）。

つまり、赤ちゃんの家族は、定期的な歯科健診で歯の表面の菌を取り除く処置をうけること。これが赤ちゃんのむし菌予防のためにもなる訳ですね。

また、最近の研究で親から子へのむし菌感染予防にキシリトールが役立つことが分かってきました。

右のグラフは、各月齢でむし菌原因菌が見つかった割合を示しています。■はキシリトールを食べていたお母さんから生まれた赤ちゃんのグループ、■はキシリトールを食べていないお母さんから生まれた赤ちゃんのグループです。



生後12ヶ月では、赤ちゃんのむし菌原因菌感染の割合に5倍の開きがあることが分かりますね。このような点から、キシリトールを研究している、岡山大学大学院医歯薬総合研究科の仲井雪絵先生は「子どもが胎内にいる『マイナス1歳』から、むし菌予防のためにできることがあります」という表現でキシリトールの使用を推奨しています。

【キシリトールの効果的な摂り方は?】

日本歯科大学附属病院の羽村章院長（この先生もキシリトールでは有名な先生です）は、キシリトール入りの粒ガムを毎食後と食間の1日計5回、これを最低3カ月続けることを勧めています。1日あたりの量は、5~10粒、ガムのパッケージにある成分表にキシリトールの量が書かれていますので、1回に何粒?の参考にすることができます。そして、歯科医院で扱っている、キシリトール高濃度のガムがおススメです。

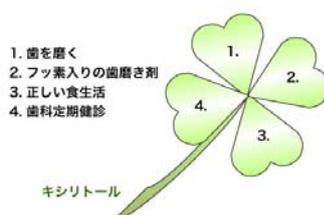
【キシリトールのイメージ】

お口の健康を守る基本は、左の四つ葉のクローバーの四つの葉です。キシリトールは、この四つの葉にとって代わる手段ではありません。

キシリトールはこの葉に栄養を送る茎のイメージです。茎がなければ四つの葉は育ちません。

四つの葉を大きくする~四つの手段の効果を上げていく、このための補助的手段としてキシリトールが使われるのです。

参考引用：ヒットの兆し家計の知恵増刊号 読売新聞 23. 2. 25 日本フィンランドむし菌予防研究会ホームページ グラフとイラストも同ホームページより転載



1. 歯を磨く
2. フッ素入り歯磨き剤
3. 正しい食生活
4. 歯科定期健診