

大和の古刹を歩く

葛木坐火雷神社(かつらぎにいますほのいかづちじんじや) 奈良県葛城市笛吹448

今回は、葛木坐火雷神社という長い名前の古社を訪ねました。通称は笛吹神社とって、笛やフルート、尺八など楽器が上手になりますようにと願う方々や、火を扱う職業や消防関係の方々に厚い信仰があるそうです。鳥居をくぐると、なんだか清々しい気分になりました。案内を見ますと霊験あらたかな神社として延喜式神社帳に記され、また当時お国の大事には天皇の使者が参向されたとも書いてあり納得しました。葛城山の麓にはのどかな田園風景が広がり遠くには大和三山も見えます。



鳥居
鳥居のしめ縄は垂らさず竹にくくりつけてあり、可愛い紋(桜の花のような)が見えます。

ご祭神様は、火の神様と音楽の神様です。現在の宮司さんは85代目だそうです。



拝殿
ご祭神は、火雷神(ほのいかづちのおおかみ) 天香山命(あめのかぎやまのみこと)の2坐です。

古墳
本殿の真横に、笛吹神社古墳があります。古墳は横穴式古墳で笛吹連7代目の墓であるとも言われています。神社の周囲は笛吹古墳群として80基もあるそうです。



大砲
日露戦争の戦利品として明治42年に奉獻された「加農攻守城砲」です。

なんと！神社に大砲！
不思議な感覚です。



境内
長い階段を上ると綺麗に掃き清められた広い境内にです。境内の右手に見える石壇の上に拝殿があり、絵葉書で見るときれいな景色です。



テイガシ
県の天然記念物になっている巨木です。周囲3m、高さ22mもあります。大きすぎてカメラに収まりませんでした。



摂社、末社
鳥居をくぐるとすぐにお百度石が置いてあり、その左手奥に摂社、末社が3社と境内の正面にも4社が祭られています。7つの神社は熊野神社、稲荷神社、春日神社、森本神社、浅間神社、空室神社、梅宮神社です。

はとむぎ茶 De 体を潤す

「国産活性はとむぎ茶100」は体を潤す

毎日飲むお茶は、何と言っても美味しくなくては続けられません。そして体にとって効果があるとさらに嬉しいですね。太陽食品の「国産活性はとむぎ茶100」は想像以上に美味しく効果が多いのですよ。ハトムギの大きな機能性は体内にある「水」の代謝を活性化させる「水分代謝」に優れていることです。水分代謝は各臓器の機能がスムーズに行われるように働きかけて体の内から潤わせます。



ハトムギ酵素 De 肌を潤す



「ハトムギ酵素」に配合しているフルーツ酵素は、すべて国産のフルーツを使用し、2年から3年の間、自然発酵・熟成させた植物発酵エキスです。このフルーツ酵素は体の調子を整えて元気の源となり美容・健康に役立ちます。

「ハトムギ酵素」は肌を潤す

「ハトムギ酵素」を豆乳や牛乳に混ぜると美味しく飲みやすくなります。「ハトムギ酵素」は6つの原料を配合、中でも3種類の「はとむぎ」はそれぞれ素晴らしい機能性を持っています。ハトムギ特有の抗酸化作用、保湿作用、美肌作用、抗腫瘍作用、抗炎症作用などで肌のトラブルを体の内から改善して、なめらかで潤いのあるお肌をつくります。

「ハトムギ酵素」ですっぴん

ハトムギは体の内から保湿力をアップさせるので、いつも肌が潤っている感じ。また、はとむぎ若葉は抗酸化力が高いのでシミやしわの予防、改善に役立ちます。ご愛用者の中には、「お化粧をしなくなりました、すっぴんです」と、おっしゃる方が多くなりました。「ハトムギ酵素」の素晴らしい機能性に万歳です。



ハトムギ酵素

150g (2.5g×60包)
価格 4,300円(税別)



6つの原料の
ビューティバランス

3種類のハトムギ

- ① 国産はとむぎ
- ② 国産有機はとむぎ若葉
- ③ 国産有機付きはとむぎ
- ④ フルーツ酵素
- ⑤ オリゴ糖
- ⑥ 有酸素性乳酸菌

はとむぎ De 秋の養生

中医学では五行説といった自然哲学の思想があります。五行の思想は自然界を木、火、土、金、水の五つの元素で成り立ち、これを人間の五臓にあてはめて、それぞれが密接にかかわり合っていると考えます。

「肺」の働き

肺は気と水の巡りに深く影響しています。主に肺は綺麗な空気を取り入れ、不要となったものを吐き出すという呼吸(気)の働きと、各臓器がスムーズに動けるように水分(津液)代謝の調整をしています。また肺の機能が低下すると大腸や皮膚にも影響を及ぼして、便秘になったり皮膚がかさかさしたりといった症状が現れます。

はとむぎで「肺」を潤す

ハトムギは水分の代謝を活性させるといった機能を持っています。ハトムギを食べると肺の水分(津液)代謝がスムーズに行われて体全体が潤い、肺が乾燥しやすい季節の健康管理には嬉しい食材です。肺は皮膚や大腸と関係を持っているため、肺が元気になれば大腸の環境も整って免疫力アップにつながりお肌のトラブルもなくなります。

あなたの肺は元気ですか？
自覚症状でチェックしてみましょう！

- のどや気管支などが痛い
- ぜんそくがある
- よく風邪をひきやすく、治りにくい
- むくみやすい
- 便秘になりやすい
- アレルギー性の鼻炎、アトピー性皮膚炎がある
- 秋に体調を崩しやすい

*チェックが多い方は、肺を養生しましょう。



【おいしいはとむぎレシピ】

肺・皮膚・大腸を潤しましょう

五行を季節で表すと、秋は「金」に属し「金」を体で表すと「肺」にあたり、色で表すと「白」になります。また「肺」は大腸と皮膚と深い関係があるため冷気や乾燥が気になる秋にしっかり養生しましょう。

「肺」が乾燥すると

肺は呼吸によって直接外気と触れる臓器のため、この時期の冷気や乾燥した空気を吸うとダメージを受けやすくなります。肺は乾燥に弱く湿を好む臓器なので鼻やのどの粘膜を乾燥させてしまうと咳やたん、ぜんそく、アレルギー性鼻炎などの呼吸器症状や風邪などを引きやすくなります。

白い食材で「肺」を潤す

秋は白い食材を食べて乾燥しやすい肺を潤しましょう。白い食材は乾燥した肺や体を潤わせる働きがあります。肺を潤す食べものとしてユリ根、白ゴマ、大根、玉ネギ、白菜、梨、蓮根、キクラゲなどがあります。他にも肺の健康に新鮮な空気をたっぷり吸って、ゆっくり吐き出す呼吸法もおすすめします。



【体を潤す白い食材】

五行五体表

五行	木	火	土	金	水
五臓	肝	心	脾(肺)	肺	腎
五腑	胆	小腸	胃	大腸	膀胱
五色	青	赤	黄	白	黒
五季	春	夏	土用	秋	冬
五主	筋	血脈	肌・肉	皮(波刺)	骨