

ぐるっけ

平成六年七月二十七日第三種郵便物認可  
平成二十年五月一日発行（毎月一回一日発行）  
第十五卷第一号（通巻第一六九号）

鈴



ぐるっけ

創刊 14周年

第169号

5. 2008

俳句雑誌

GLOCKE

白道

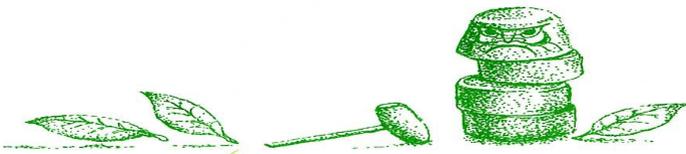
品川鈴子

通過車に見返る母校花の雲

走る兎に落花も鳩も攫つかまらず

白道びやくどうを鉄骨で組み練供養

鉄骨の天あまの架け橋菩薩渡御



緑の日へと格上がる良人の忌  
絞<sup>しば</sup>双つ開く忌待ちの遅牡丹  
充血に瞑<sup>つむ</sup>りて紀伊の新樹光  
兵卒の墓は横隊花蜜柑  
母の日の喜樂を知らず哀怒超ゆ  
ゴールデンウイーク山家頑と出ず



## 玉

## 鈴

## 吟

大阪 大井 邦子

マラソンに華やぐ寒の御堂筋  
旅終へて鴨は女波に陣を解く  
幼にはさても恐ろし追儼鬼  
受験子らひやかしながら絵馬を書く  
筆塚の彫りをなぞりてたびら雪

香川 大空 純子

白き息吐く度揺れる耳飾り  
倦怠期砂糖を塗す年の豆  
冷たき手死別の妻の頬さする  
爪剥がれ痛みわからぬ冬の山  
春風に飛行機雲の膨みぬ

兵庫 岡 有志

目刺かじりかじりておのが闘志わく  
宿の膳醜の海鼠にあつといふ  
芦屋にも百万粒の雪がふる  
心電図講義終りて日永なり  
樹々の芽の遅速に吾も叱咤さる

埼玉 岡田 章子

寒空へ雪駄を鳴らし力士行く  
水仕事せぬ夫の手に鞆が  
福といふ生はげこぼす藁拾ふ  
海の香を残し海鼠の裂かれけり  
絵本繰る初老にぬくし待合室

愛媛 岡本 峯代

下萌えに鈍りし撥の弾みたり  
露の薑苞はぎとれば指にも香  
「雪いっぱい」声も上擦りまろぶ児よ  
「たーだいま」とふと声のして春廊下  
眼白の子墜ちてうつつうつ掌の中で

大阪 岡本 幸枝

大津絵の店は吹き抜け箱火鉢  
無名庵丈草去来も凍て磚に  
十二神将力瘤入れ冬籠  
念願の晩鐘撞きて椿餅  
吹雪く中大口開けて下校する

大阪 奥田 妙子

蠟梅をおさらし展の器にも  
小春日におさらし展の幕開く  
大寒に旧友集ふ我が個展  
余寒のみ残し搬出展覧会  
降る雪に逸りて庭へ駆け出る子

兵庫 勝野 薫

喜寿祝届き鰻夫に小さき春  
初買の沈香点し無量寿經  
連中の薄茶の点前初春句座  
臘梅林抜け来し人とすれ違ふ  
冴返る魚棚の音東司まで

兵庫 金田美恵子

雪解 水合掌 村を貫けり  
若葉風合掌造り吹き渡る  
青田風牛小屋並べて開け放つ  
木下闇村埋没の碑の立てり  
合掌村いずこにいても雪解音

徳島 河井富美子

振り向きし漢神楽面の神なり  
絶景や大阪城に雪激し  
戦中派鴨軍艦と見なしたり  
加湿器に水足す仕事冬ごもり  
病人と共に賑るやにら雑炊

兵庫 川合まさお

手捻りの片口に活く寒椿  
移情閣の裏へ貫く初光  
雪残る頂跨ぐ余部橋  
餅花の下る玉家の通し庭  
築百年蠟梅の咲く馬車の道

大阪 河村 泰子

片手袋無名庵主をメモにとり  
義仲忌に師の系たどる無名庵  
遠霞クレーンが挟む近江富士  
水城の跡なき湖に鴨の陣  
余寒顔コーランとなへ地に伏せり

東京 岸 はじめ

春疾風小鷺は遂に飛び立てず  
標的は何ぞ頭上を春の鳶  
子は屈み吾脚投ぐる蓬摘み  
菩提寺に径狭まりて落椿  
陽炎や横浜線はまつしぐら

東京 北川とも子

海風強し菜の花は惚うけたり  
全身に海鳴まとふ春の朝  
胸底に響く波音春寒し  
冴返る耀り場に響く大き声  
春の浜女はことに逞しき

# 薬草歳時記

(一六八) 真竹

大音悦子

若竹や鞭の如くに五六本

川端 茅舎

またけの地下茎は太く長く匍匐し、初夏に筍をだします。実家の近くの竹やぶでたけのこ掘りをしました。おもしろくて夢中になって掘りあげましたが、持つて帰るのが大変。今のように宅急便の普及していない時代、新幹線の網棚を大幅に占領してしまいました。

薬用部分は葉で漢名を「竹葉」といい、漢方薬の原料として、あるいは薬膳料理によく使われます。

葉を適当に切り乾燥したものを使います。成分はトリテルペノイドのフリーデリン、ルペノン、ルペオール、ブドウ糖、など。性味は辛・甘・寒。帰経は心・肺。散熱、清心除煩の働きがあり風邪などの外感風熱の初期症状―微悪寒、発熱、咽痛、口乾などに用います。

有名な処方には銀翹散や竹葉石膏湯があり、わたしものどからくる風邪には銀翹散をつかいます。

竹の青い表皮を削り去り、皮下の帯緑白色部を薄く削ったもので竹葉とよく似た生薬に「竹茹」があります。性味は微寒・甘で、帰経は肺・胃・胆。不眠・不安などの症状に用います。

おくさまが旅行などで不在の時、不眠に悩まされる患者さんがいました。この方に一番よく効いた薬はこの生薬が入った竹茹温胆湯でした。

薬膳料理では特に真夏の蒸し暑い時期の料理があります。蒸し暑さのために倦怠感、食欲減退した時、竹葉を用いた料理は利尿作用と清熱作用でこれらの症状を去り、体調を自然に回復させます。

「竹葉と苦瓜のいためもの」は簡単に出来るおいしい料理です。お試しください。

①竹葉20gはまとめてガーゼにくるみ 500 mlの水に入れて20分ほど煮ます。

②苦瓜、ピーマン、椎茸、豚肉を①の熱湯で3分ゆで、ザルにあけて水を切ります。

③鍋にサラダ油を熱し②を強火で炒め味をつけます。

参考文献 「原色牧野和漢薬草大図鑑」北隆館

「方剂拳」神戸中医学研究会

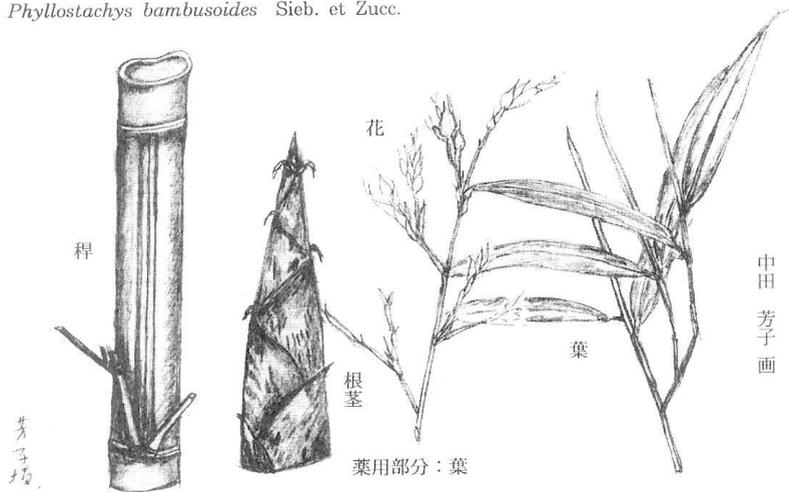
「中薬学」神戸中医学研究会

「四季の薬膳」近代文芸社

著者略歴神戸薬科大学卒業薬剤師

マダケ [マダケ属] (いね科) (タケ亜科) 真竹、苦竹

*Phyllostachys bambusoides* Sieb. et Zucc.



若竹や竹より出でて青き事

立花 北枝

風ごとに葉を咲き出すやことし竹

加賀千代女

脱ぎすて、一ふし見せよ竹の皮

与謝 蕪村

竹落葉午後の日幽らみそめにけり

飯田 蛇笏

深海のごとき仏顔竹落葉

柴田白葉女

これほどに軽きものなし竹落葉

右城 暮石

鈴をふるごとく竹の落葉せり

上田五千石

水口にはらりと皮や今年竹

飴山 實

山中に空家の並ぶ竹の花

福田甲子雄

かがなべてひとりの夜の竹の春

鈴木六林男

# 鈴の奏

品川鈴子選

ネツシーかと天守閣ゆれ春の池 岡山 岡 敏恵

カクテルに片恋沈む春の雷

風よかるくうるりまわる離れ風

千両を日向に摘みぬ銀婚日

内緒ごとぼつり洩らせし寒の紅 兵庫 岩崎可代子

雪催かつて遊里の細き路地

いぬふぐり土手に零れし金平糖

梅見茶屋女ばかりで商へる 兵庫 中村 碧泉

木鉄を鳴らし留守居のちゃんちゃんこ

日脚伸び書肆の立読日に増して

冬ざるる城に二つの謎の井戸

春を待つ旅の鞆に時刻表 兵庫 森山八重子

大門を開けて出店の節分会

ランナーに声援しきり着ふくれて

水温む龍の蹲ひ目を覚まし

春の雪傘で足場を探りつつ

草焼きの煙町内巡回す 香川 井上 綾

釣釜に慣れぬ手付の女子生徒

草餅は亀の如首伸ばし食ぶ

干蝶ひれが程良く焦げるまで

着ぶくれて駅の階段高かりし 兵庫 市橋 香

底冷えの春日大社のかゆ御膳

若き僧白き着物の冴返る

先立ちし娘を忘れたき二月 兵庫 恒成久美子

寒風の港鏡のごとく照り

囲炉裏辺にすげ笠を編む好好爺

白川郷宿の榎火に客集ふ

ひとり居のガラス戸鴨がノックする 兵庫 山口 透

小さき手をつぶさぬ程に歌留多とり

薄氷をつつきて指を咬まれたり

透け衣装マネキン雪の街路見て

賽の目は打出の小槌絵双六 大阪 静 寿美子

寝言いふ猫傍らに毛糸編む

巫女の舞ふ城南宮に雪時雨

秀  
鈴  
記

巻頭 三句 品川 鈴子 評  
四句〜十五句 栗田 武三

\*選句は全て 品川鈴子

千両を日向に摘みぬ銀婚日

岡 敏恵

今日は結婚二十五年目の銀婚記念に当たる。その歳月は不慣れな主婦業や子育てなどで無我夢中だったが、挙式はつい昨日のことのようにも思える。我家は当日同様の陽射しに溢れ、庭の千両が一際目を惹く。赤い実の枝を摘んで祝の活花とし、家族の帰宅を待つばかり。金婚には万両も飾って下さい。

梅見茶屋女ばかりで商へる

岩崎可代子

梅林の茶店は花季だけが忙しく、それ以外の頃には丘や山裾に置忘れられたような存在。だから男性の定職には不向きで、むしろ女の臨時労働にふさわしい場。家庭的に簡単な品書きを、手馴れた早業でこなし、しかも経営の手腕もある頼もしさ、凜たる梅の花と似通う熟女らに、探梅の疲れも癒される。

冬ぎさるる城に二つの謎の井戸

中村 碧泉

城の構造が最も露呈するのは、草木が枯れて荒れさびれる冬。日頃は気付かずに散策していたが、いわくありげな井戸を二つも見つけては、伝説や古城の史実にも俄に興をそえられる。俳人はやはり作家ですから。

春の雪傘で足場を探りつつ

森山八重子

春の雪がちらついている日、傘を差して外出した。雪はやがて止んだが道に少しばかりの積雪が残っている。転んで骨折しては大変。たたんだ傘の先で足場を確かめながらゆったりと歩かれたのであろう。春の雪ならではの風情。

千蝶ひれが程良く焦げるまで

井上 綾

骨が透けて見える千蝶は春ならではの珍羞。慎重に焼きに掛かるのだが結構難しい。油断すると肝心の「ひれ」を

黒焦げにしてしまう。といつて生焼けも困る。このあたりの気合を詠まれた。作者は料理上手のグルメと拝察する。

先立ちし娘を忘れたき二月

市橋 香

逆縁それも愛娘とあつては悲しみは深くいつまでも消えない。二月は待春の候、娘のことは忘れて明るい気持ちを取り戻そうと思われたのであろう。でもそれはやはり出来なかつた。哀切感が迫る。

白川郷宿の檜火に客集ふ

恒成久美子

白川郷は奥美濃の合掌造りで有名な集落。今では世界遺産に指定されご多分に漏れず観光地化してしまつた。合掌造りの家で実際に生活をしている住人は殆どいない。観光客がやってきて囲炉裏の檜火に興じる。古きよき白川郷は形骸のみになつたが、これも世の移り変わりと云うこと。

小さき手をつぶさぬ程に歌留多とり

山口 透

歌留多とりは、手と手がぶつかり合う一種の格闘技。で

もこの場合は、幼児も入つた家庭歌留多だ。記憶力と反射神経の良い幼児は存外に強い。負けるのは沽券にかかわるのでつい真剣になつてしまふが、力余つて幼い手に怪我をさせる訳にはゆかない。幸せな家庭のお正月。

寝言いふ猫傍らに毛糸編む

静 寿美子

むにやむにやと寝言を云っている猫の傍らで毛糸を編んでいる。愛猫家には猫語が分かるらしい。穏やかな冬の夜の茶の間の景。「寝言いふ猫」が何とも面白い。

曲芸の少女よあはれ旧正月

吉本 淳

旧正月は陰暦の正月。漁村や東北地方の山村などの一部ではまだこの風習が残っている。仕事を休み正月気分浸っている村に旅の一座がやってきた。屠蘇機嫌で野卑な掛け声の掛かるなか、座員の少女が曲芸を演じる。由来、曲芸の少女は哀れなものだが、旧正月の景としてその哀れさが極まる。(以下略)