

今年も梅雨の季節がやってきました。

暑さと湿気で、なんとなく身体が重だるくなるのは、胃腸が湿気（湿邪）に影響を受けやすく、免疫力低下の要因にもなるからだそうです。

さて、今月のお花は、中国のアンティークの桶を使ってみました。少し調べてみると、桶は、日本では鎌倉時代に中国から伝来し、制作技術が成立していたとか。

昨今は、プラスチックのものが主流の桶ですが、古いものはやはり味わい深く、存在感があります。広口なので、お花のアレンジが難しかったのですが、大きめの紫陽花にどっしり支えてもらう形で落ち着きました。

今回、お花をアレンジすることで、中国茶を味わいたくなり、久しぶりに淹れてみました。戸棚の奥にしまい込まれた茶器との再会は、自分を見直す機会になりました。これからの季節、冷たいものは避けて、温かいお茶を、香気をしっかり吸い込みながら身体に取り入れていきたいものです。

事務長 高橋 圭位子