

【スイーツのおまじない】・・・鈴木

3月15日が過ぎ、おかげさまで今年も確定申告時期が終了いたしました。ありがとうございました。毎年、書類のやり取りだけで確定申告をさせていただいている関与先様におかれましては、この場をお借りして御礼を申し上げます、今年もありがとうございました。



この期間中には、北京オリンピック・パラリンピックも開催され、選手たちから感動をもらい、季節はもうすっかり春になりました。

3月12日は、スイーツ記念日です。スイーツを取り扱うWebマガジンを発行する会社が2008年（平成20年）に制定したそうです。日付は「ス（スリー、3）イ（1）ツ（ツー、2）」と読む語呂合わせで、お菓子の魅力をより多くの人に広めることが目的とのこと。いわゆるスイーツを食べた人を思わず笑顔にしてしまう日です。

スイーツに関連して、シュークリームの日（毎月19日）という日もあります。日付は「19」がシュークリームの語感と似ていることから毎月19日に。シュークリームをより身近なおやつにすることが目的だそうです。シュークリームは、洋菓子的一种。生地を中が空洞になるように焼き、その空洞にカスタードクリームなどを詰めるのが標準的である。シュークリームのシュー(chou)はフランス語でキャベツを意味し、「キャベツのような生地」からその名前が付けられた。シュー生地の原型は「揚げシュー(ベニエ・スフレ)」であるとされ、日本に伝わったのは幕末の横浜が最初で、一般に広まったのは冷蔵庫が普及する昭和30年代からと言われております。どうでもいい話ですが、生クリームとカスタードクリームの入っているダブルシュークリームが好きですね。スイーツを食べると落ち込んでいたりしてネガティブな気分が上向きになりますよね。

「どうせできない」はネガティブになるおまじない。「何とかなる」はポジティブになるおまじないがあるそうです。ネガティブな人には、共通の口癖があります。「どうせできない」という口癖です。どうせできないと口にしていると、ネガティブな魔力を持ったおまじないになり、本当にできなくなります。

一方でポジティブな人には、明るい口癖があります。「何とかなる」という口癖です。「何とかなる」と口にしていると、ポジティブ

な魔力を持ったおまじないになり、本当に何とかなってしまうみたいです。

また、ポジティブになれない人の共通点があります。ずばり、行動しないことです。頭の中だけで悪い想像ばかりを膨らませ、テンションを下げています。悪い妄想ばかりしているから、暗い気持ちになり、なかなかポジティブになれないのです。人間は、行動した後悔より、しなかった後悔のほうが深く残り続けると言われています。どんどん行動して、スイーツを食べてポジティブになりましょう。

【年度末】・・・小倉

同じ生活をして変化がないと新年度と感ずることも少なくはないが、この時期だからこそ忙しい気持ちに負けずに振り返ることが必要に思います。

先日まで確定申告業務に追われていましたが、これも一人では乗り切れないことであり、忙しい困難な時こそ、人の本性が出て気付かされます。この時期だけに言えることではないが、余裕がない時こそ人のために時間を割いた方が心に余裕が生まれるとわかっていても納期が近づくとつれ、人に会う機会も減ってしまい、視野も狭くなっていました。

まずは、運動とバランスの取れた食生活、睡眠は大切にしたいです。これから年度末に向けて振り返り、反省ばかりではなく、体験したことや学んだことは先々に繋がり、意識しないとそのままになってしまいますし、自己受容することで意欲向上にもなります。

そんな振り返りも大切にしたいです。

まだまだ先を考えないといけませんし、物価上昇やコロナ、自然災害等不安な面は尽きませんが、不測の事態がおきても対応できる力はつけておきたいものです。

人間関係を大切にプラスになる人からはたくさん吸収していきたいですし、「人の振り見て我が振り直せ」ではないですが、気をつけなくてはいけないことは、自覚していきたいです。やはり身近な人からは大切にされたいものです。

そんな気持ちを持ち、年度末を振り返り新たに心がけたいです。



【弥生(やよい)3月】・・・手塚

弥生(やよい)という言葉の由来は、「草木がいよいよ生い茂る月」という意味の「木草(きくさ)弥(い)や生(お)茂る月(づき)」が詰まって「やよい」になったという説が有力なのだそう。

「弥(いや)」はいよいよ、ますますなどの意味。「生(おい)」は生い茂るように草木の芽吹きを意味しています。

つまり草花が芽吹き、また日本の春を象徴する桜も咲き始める頃という意味です。ちなみに当事務所もやよいです。

卯月の二十四節気、二十四節気とは？啓蟄(けいちつ)、3/6頃

啓は「ひらく」、蟄(ちつ)は「土中で冬ごもりしている虫」の意味で、大地が暖まり冬眠していた虫が春の訪れを感じて、穴から出てくる頃という意味があります。現代の3月の初めは実際には、まだ寒く虫が活動を始めるのはもう少し先ですね。柳の若芽が芽吹き、フキノトウも顔をだす頃。

冬の前にマツなどの幹に巻いた「菰(こも)」をはずす時期とされています。

春分(しゅんぶん)、3/21頃
この日ははさんで前後7日間が春の彼岸です。花冷えや寒の戻りがあるので暖かいと言っても油断は禁物。昼夜の長さがほぼ同じであり、春分を過ぎると昼の時間が長くなっていきます。

また、雷がなり始める時季であり、日本列島を縦断する桜の開花情報も、この頃から聞かれ始めます。

陽の光がだんだんと暖かさを増し、いよいよ春の訪れを感じる3月。

世の中は中々終息のつかないコロナウィルスとの闘い、ロシアのウクライナへの軍事侵攻による戦争による平和危機とそれに伴う物価上昇と明るい話題はありませんが季節はいよいよ春になります。

せめて気持ちだけは草木が芽吹いていくように清々しくありたいものですね。

