

# 神武天皇さまのお話

—お母さまからお子さんへ—

石井 庄 司

日本の第一代の天皇は、神武天皇と申し上げます。神武天皇が大和の國の橿原で、天皇の御位にお即きになつてから、今年でちやうど二千六百年です。大昔のことです。

神武天皇は、九州の日向の國にお生まれになりました。天皇はお生まれつき、大層御伶俐なお方で、しつかりとしていらつしやいました。ぐん／＼大きくお成りになりまして、御年十五のとき、皇太子とお成りになりました。そして高千穂宮においでになりました。

むかし瓊々杵尊といふ神様が此の高千穂宮にお降りになつてから、ずつと日向の國においでになりましたが、そこはあまり端の方に片寄つてゐるので、天照大神からお任せを受けてゐる、この日本の國をお治めになるには、御都合がよくな

い。そこで天皇は、お兄様方と御一しよに、日本の國の眞中の大和の國へお移りにならうとして、船に乗つて日向の國へ御出發になりました。

速吸の門といふ處にお出でになりま

すと、一人の漁夫が小さい舟に乗つてやつてきました。そこで天皇は、「お前は誰だ」とお尋ねになりました。「私は此の國の神で、名は珍彦と申します」と答へました。そして神様の御手様がお出になると聞いてお迎ひに参つたと申しました。そこで珍彦を椎根津彦と名を改めて、お伴となさいました。

天皇はお船に乗つてぐん／＼と東の方へお出でになりました。そして長い間かゝつて今の大坂のちかくにお着きになりました。それから川をさかのぼつて、大和の國へお入りになりました。

# 寒い冬のお辨當

榮養研究所 佐々木理喜子

お辨當のおさいに困ると仰るお母様は澤山ありますが、榮養的に考へてごんな食物を取合せていゝか困ると云ふお言葉は餘り伺ひません。焼魚だけ、炒り卵だけ、お豆だけのおさいは成分が一つに偏りますから餘り感心出来ません。是等に適當な野菜を添へて汁氣の出ない様には、鰹節粉か煮干粉の様な動物性蛋白質を中に加へる様にし、寒い時には體の温まる様に油を調理に用ひ、又油揚の様な物も時には使つて下さい。次に五歳乃至七歳を標準に申述べます。御飯は七分搗米無砂搗一食分五・五勺、おさいは蛋白質八・三瓦、温量一〇〇カロリーと致します。(瓦の約四分の一は芻に當ります)

## ①いり豆腐

材料 ゴマメ二〇瓦 豆腐四〇瓦 人参三〇瓦 ホウレン草二〇瓦 油五瓦 以上で蛋白質八・八瓦、温量一〇二カロリー

その頃、大和の國には、長髓彦といふ賊がゐて、神武天皇に手向ひました。その中に、天皇の御兄様の五瀬命は、賊の打つた矢に當つてお傷をなさいました。そこで神武天皇はお考へになりました。

「自分は日の神の子孫であるのに、今日お日様に向かつて攻めてゐるからいけないのだ。すつと向ふへ廻つて、お日様を背負ふやうにせねばならぬ。」

といふので、急に方向を變へて、ぐるつと遠廻りをして、熊野といふ處へお出でになりました。そこから山の中を通つて大和へお出でにならうとなさいました。

ところが道も無いけはしい山の中で、木は一杯に繁つてゐますので、どちらへ行つてよいやら、少しもわかりません。天皇もお困りになつておいででした。す

ると、或晩のこと、夢をこらんにになりました。夢の中で、日本の神様の一番始めの神様である天照大神が現れておいでになりました、そして

「自分はいま八咫鳥といふものを使につかはすから、これを道の案内者とす

るがよい。」

と御つしやいました。すると、あくる朝夜が明けますと、高い高い天の上から、カア、カアと八咫鳥といふ大きな鳥が飛んで來ました。その八咫鳥を道案内として、木を伐り倒し、道を切り開いて進んでおいでになりました。此の八咫鳥は、今は神様として立派なお宮におまつりしてあります。

天皇は、八咫鳥の案内で、大和の宇陀といふところにお出でになり、それから兄耜・弟耜といふものや、また兄磯城・弟磯城といふものをもお治めになりみなお伴となさいました。それから愈々長髓彦といふ賊の大將を討ち取らうとなさいましたが、長髓彦は仲間強くて、容易に降参いたしません。

長髓彦の軍勢と戦争をしていらつしやつたときのことです。急に空が眞暗になつて、バラ／＼と雹といふものが降つてきました。そのとき、何處からともなく一羽の金色をした鴉が飛んできて、天皇の持つていらつしやる弓の先にとまりま

【調理法】 お正月に食へる硬いゴマメは子供には困りますので、生のものを少量の水に浸して煮げ一匹を五つ位に切り、此の水でよく煮ます。人參は卸し、ホウレン草は細く刻んで一緒に油で炒め、水氣を絞つてよくほぐした豆腐を加へ、ゴマメも入れ、砂糖、鹽、醬油で味付けて汁氣のない様にいり豆腐を作ります。此れはホロ／＼しますから、スプーンを忘れずにお辨當に添えて下さい。

#### ② きりぼし大根の煮付と粉ふき芋

材料 切干大根一五瓦 油揚八瓦 櫻えび一二瓦 馬鈴薯三〇瓦  
以上で蛋白質八・三瓦 温量一〇六カロリー

【調理法】 細長い線になつた切干大根は食べにくいので、水に浸して軟くしてから一寸位に切り、漬けた水で軟く煮ます。油揚は五分位に織切り、大根に混ぜて砂糖、鹽、醬油で普通に味付け、きれいにした櫻えびを加へて汁氣のない様に煮付けます。馬鈴薯は常の様に粉ふきにして添えます。又軟くしてから、砂糖と鹽で甘く味付けてもよろしいと思ひます。