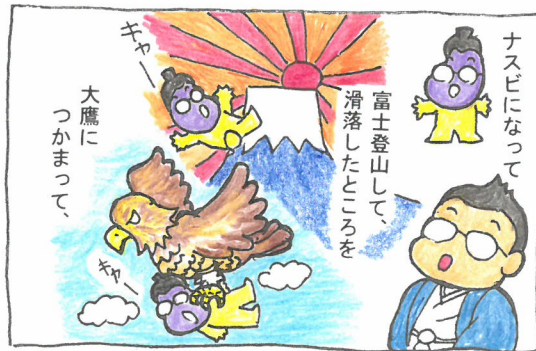
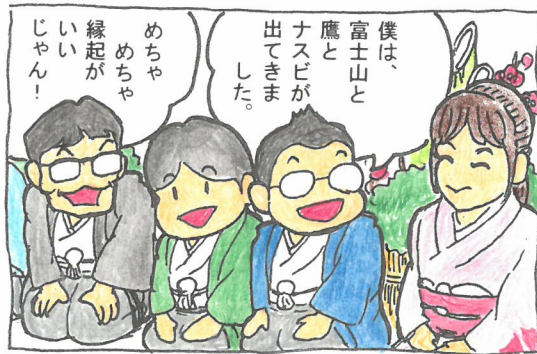


あけまして  
おめでとう  
ございます



あけましておめでとうございます。令和5年もおつきあいのほど、よろしくお願いたします。

今回は、お正月らしく「初夢」がテーマです。いちふじにたかさんなすびしおうぎごたばころくざとう  
一富士二鷹三茄子四扇五煙草六座頭と申し  
まして、縁起のいい夢とされています。それぞれ 不死、高く舞い上がる、物事を成す、末広がり、上昇  
運気、怪我無し の意味がこめられているそうです。(起源は諸説アリ)

初夢は、「年が明けて初めてみる夢」と勘違いされやすいのですが、1月2日の夜にみるのが初夢だそ  
うで、七福神の絵を枕の下に入れておくといい夢がみられるなんて話もあります。

ちなみに、夢は、レム睡眠中(脳が活発に働いている)にみるものらしいです。でも人間に大切なのは、  
ノンレム睡眠で、大脳が休息し、脳や肉体の疲労回復をする「いい眠り」のためにはこちらが重要です。

ですから、初夢を覚えていない人も嘆く必要はありません。「いい眠りだった。」ということにしちやい  
ましょう。