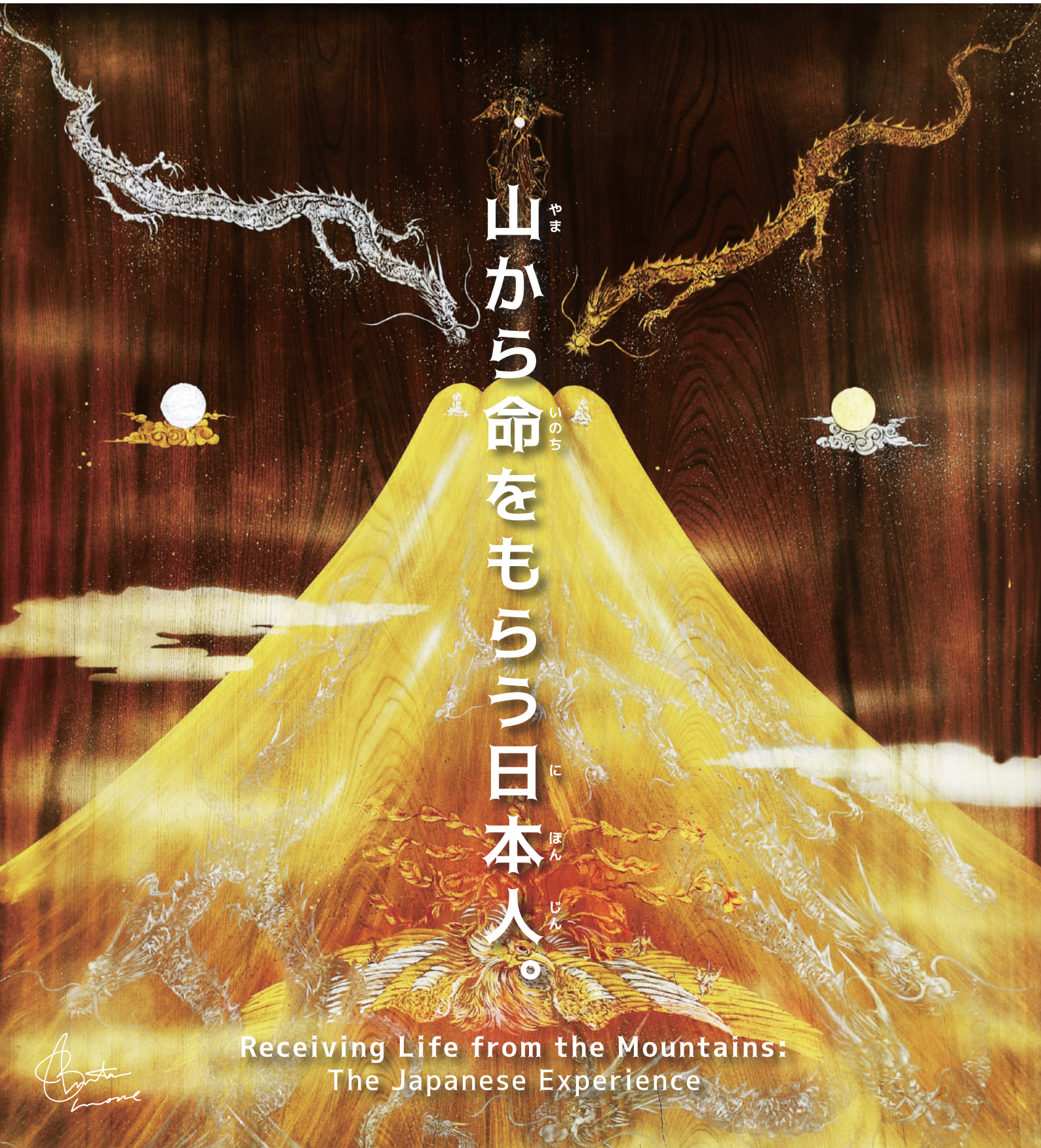
6 2024 SINCE 1986 ひらがなタイムズ

令和６年５月20日発行 | 毎月１回20日発行
通巻452号 ISSN 1348-7906

880円

HIRAGANA TIMES.



Mountains, Communion: Japan's Source of Energy

山々の交信 ― 日本のエネルギーの源



The Mandala of Mount Fuji, Sun, and Moon:
Descent of the Dragons to Calm the Land.
Dedicated on Emperor Reiwa's Birthday at Kawaguchi Asama Shrine.

「富嶽日月曼荼羅　降臨龍王國鎮之図」　令和天皇誕生日奉納　河口浅間神社

© BUNTA iNOUE

This month's cover features the golden-glowing "Mt. Fuji." This painting was dedicated to Kawaguchi Asama Shrine, located at the northern base of Mt. Fuji, by Mr. BUNTA iNOUE on February 23, 2020, the Emperor's Birthday. At the crater is Konohanasakuya-hime, the goddess of Mt. Fuji. The painting depicts dragons descending from the heavens one after another, carrying energy received from the phoenix dwelling in Mt. Fuji, and spreading it throughout Japan.

今月号の表紙は、黄金に輝く「富士山」です。この絵画は、2020年の天皇誕生日（2月23日）に、井上文太氏が富士山の北側の麓に鎮座する「河口浅間神社」に、奉納されたものです。火口には富士山のご祭神である木花之佐久夜毘売命。そこに次々と天から龍が降臨し、富士山に棲む鳳凰から受け取ったエネルギーを日本中に運んでいく様子が描かれています。

The mountains can produce abundant food, clear water, and fresh air. Additionally, various substances, including minerals, are carried from the mountains to the sea, providing food for shellfish and plankton, and supporting the marine food chain. Mountains are a treasure trove of life and can be considered the source of all life.

山には豊かな食物、清らかな水、空気を生み出す力が備わっています。さらに、ミネラルをはじめさまざまな物質が山から海へと運ばれ、貝類やプランクトンの餌となり、魚介類の食物連鎖を支えています。山は命の宝庫であり、あらゆる命の源と言えます。

Mountains that store energy sometimes erupt, putting people to the test. The Japanese have long regarded such mountains as sacred. In Japan, there are over 16,000 mountains, including small ones, from the north to the south. It's as if the mountains are huge antennas and power plants. Centered around Mt. Fuji, which towers in the heart of Japan, it seems as though the mountains receive energy from the heavens and exchange it with mountains all over the country. This month's issue focuses on mountains and the Japanese people.

エネルギーを蓄える山は時に噴火し、人間に試練を与えることもあります。日本人はそんな山々を神聖視してきました。日本には、北から南まで小さなものも含めると1万6,000以上もの山があります。まるで山は巨大なアンテナ、そしてパワープラント（発電所）です。日本の真ん中にそびえ立つ富士山を中心に、山は天からエネルギーをもらい受け、それを全国の山々と交換し合っているかのようです。今月号は、山と日本人を特集します。

JAPAN Art

02 Cover Story
カバーストーリー

04 Japan Style
ジャパン スタイル

Japan Trend

28 Topics & Events
トピックス&イベント

30 JAPAN Products
ジャパン製品

32 Spotlight
スポットライト

JAPANese News

10 News Review
ニュースからまなぶ

11 New Expressions & Buzzwords
新語・流行語

12 Close Up Japan
クロースアップ・ジャパン

14 Pros and Cons with Insight
賛否と洞察

Nihongo Spirit

16 Nihongo Spirit, Leading Article
日本語道 社説

18 Echoes of Japan
日本のひびき

22 Japan Savvy
日本通

26 Nihongo J-CLUE (Review)
日本語道 J-CLUE（おさらい）

How to enjoy Hiragana Times, the "Hybrid Magazine with Apps"

Download the Hiragana Times app, create your own account, and enter the ID and PW for this month's issue to read it on the app.

「アプリ付ハイブリッドマガジン」ひらがなタイムズの楽しみ方

ひらがなタイムズのアプリをダウンロードしてご自分のアカウントを作成、今月号の ID と PW を入力するとアプリでも読むことができます。

This Month's issue ID & Code | 今月号の ID とパスワード

Hiragana Times Reader Survey ひらがなタイムズ読者アンケート

Thank you for being loyal readers of Hiragana Times. We greatly value your feedback, and to better serve you, we invite you to participate in our reader survey. Please use the QR code to proceed to the survey and answer the questions. We look forward to hearing from our readers.

いつもひらがなタイムズをご愛読いただきありがとうございます。より良いサービスを提供するため、読者アンケートにご協力ください。

QR コードからアンケートに進み、質問にお答えください。読者の皆様のご意見・ご感想をお待ちしております。

Please also use this form to enter our reader gift.

Application Deadline: Every month, the deadline is the 5th.

Selection Process: In the event of a high number of applicants, winners will be selected by lottery.

Result Announcement: Results will be announced upon dispatch.

読者プレゼントのご応募も、こちらのフォームもご利用ください。

締め切り：毎月 5 日締め切り。

選考方法：応募数の多い場合は抽選。

結果発表：結果は発送をもってかえさせていただきます。

〒151-0062 東京都渋谷区元代々木町 10-10 第 6 まつしまビル 3F
ひらがなタイムズ編集部

address 3F, 6th-Matsushima Bldg., 10-10 Shibuya-ku, Tokyo 151-0062, Editorial Dept., Hiragana Times
tel 050-5490-2492
mail editor@hiraganatimes.com
web hiraganatimes.com

Published and Edited 発行・発売 | Hiragana Times, Incorporated 株式会社ひらがなタイムズ
Publisher 発行人 | TARUISHI Koji 樽石幸治
Editor in Chief 編集人 | TARUISHI Koji, HASEGAWA Katsuyuki 樽石幸治、長谷川勝行
Assistant Editor 編集アシスタント | SAWAGUCHI Natsuki 澤口夏紀
Proofreaders 校正 | TATEISHI Saeko タテイシサエコ
DTP | SEKI Natsuko, SUZUKI Yusuke 関なつこ、鈴木勇介
WEB | HASEGAWA Riki 長谷川理樹

山から命をもらう日本人。

やま　いのち　に　ほん　じん

Receiving Life from the Mountains: The Japanese Experience

Text: IWASAKI Yumi
文：岩崎由美
ぶん　いわさきゆみ

Among the plants considered toxic in Europe are those that Japanese people enjoy eating. Japanese people have devised ways to easily remove the toxic parts and have been eating them as “wild vegetables” since ancient times. *Fukinotou* (butterbur sprout), *fuki* (butterbur stem), *tsukushi* (horsetail), *warabi* (bracken), *zenmai* (fern shoot), *taranome* (fatsia sprouts), *udo*, *kogomi* (ostrich fern) ... For Japanese people, wild vegetables are one of the tastes that herald the arrival of spring.

ヨーロッパ（Europe）で有毒とされている植物の中には、日本人が好んで食べるものがあります。日本人は有毒部分を簡単に取り除く工夫を編み出し、昔から「山菜」として食してきました。フキノトウ、フキ、ツクシ、ワラビにゼンマイ、タラノメ、ウド、コゴミ……。日本人にとって山菜は、春の訪れを告げる味覚の一つです。

In Japan, there are over 1,000 species of edible plants, among which wild vegetables are particularly renowned for their deliciousness. Wild vegetables have been cherished since the Jomon period (1600 B.C. - 2300 B.C.) as gifts from the wilds that sprout in the mountains and fields. Due to the elongated shape of the Japanese archipelago, there are regional climate variations, leading to a succession of “peak seasons” for wild vegetables from early spring to early summer, depending on the area.

日本に自生する食べられる植物は1,000種類以上あり、その中でも特に美味とされているのが山菜です。山菜は野山に芽吹く自然からの贈り物として、縄文時代（紀元前16000年頃～紀元前2300年頃）から愛されてきました。細長い地形の日本列島では、地域によって気候に差があるため地域ごとに、春先から初夏までの山菜が出回る「旬の季節」が続きます。

Wild vegetables are rich in aroma and have a subtle bitterness; as children, we didn’t quite understand their unique deliciousness. However, as we grow older, we become captivated by their allure. The moment it enters your mouth, the condensed fragrance of spring fields spreads throughout your body, stimulating your soul. Like “*hanami*” (cherry blossom viewing) for fully enjoying the season of “spring,” wild vegetables are an essential seasonal tradition.

山菜は香り豊かでほろ苦さがあり、子どもの頃はその独特な美味しさがわかりませんでした。しかし大人になるにつれ、魅力にとりつかれます。口に含んだ瞬間、凝縮された春の野山の香りが身体のすみずみにゆきわたり、魂が刺激されます。「春」という季節を満喫するための「花見」と同様、大切な季節の風物詩です。

The opportunity to harvest the taste of spring, found in the wild, is only for a brief period. Living alongside nature, observing the seasons, searching for and picking while feeling the refreshing air and tranquility, offers a joy unlike any other. Foraging for wild vegetables is akin to treasure hunting. Without being taught by skilled practitioners, they can be difficult to find.

自生する春の味覚を収穫できるのは、ほんの一時期です。自然と共に暮らし、季節を観察し、清々しい空気と静けさを感じながら探し出して、摘み

English+Japanese　Study-Friendly Layout

取る作業は、他では味わえない喜びがあります。山菜採りは宝探しのようなもの。熟練者に教わらないと、なかなか見つけられません。

Of course, skill is necessary for harvesting. Wild vegetables grow rapidly and timing is crucial. Moreover, we harvest with minimal damage to nature. No matter how many shoots there are, we harvest with a mindset of “please share just a little,” expressing gratitude for the field’s bounty. Sharing from nature is sacred, fostering humility. This is also wisdom not to harvest everything to ensure there will be a harvest next year. The teaching from our ancestors, never to greedily eradicate, is deeply rooted.

もちろん採取するのにも技がいり、1日ですぐに大きくなってしまうので、タイミングも重要です。また、自然へのダメージが最小限になるように採ります。どんなにたくさん芽が出ていても、野山の恵みに感謝しながら「少しだけ分けてください」という気持ちでいただく。自然から分けてもらうというのはとても神聖なことですから、謙虚さを育みます。これは、翌年も採取するために採り切らないという知恵でもあります。貪欲に根絶やしにするのは、決してしてはいけないという先人の教えが根付いています。



Fukinotou

フキノトウ（蕗の薹）　Butterbur sprout

Once harvested, handle them delicately to preserve their shape, color, and freshness, then enjoy them with care. That's the essence of wild vegetable foraging. However, remember that fields and mountains have owners, so don't pick without permission, and be cautious as some plants may be poisonous.

収穫したものは形や色、新鮮さを損なわないように、そっと運んで美味しくいただく。そこまでが山菜採りの醍醐味です。ただ、野山には所有者がいますので、勝手に採ってはいけませんし、毒を持つものもありますので注意が必要です。

In areas where there are no *satoyama* (fields and mountains near human settlements that are directly connected to people's lives), they can grow them in gardens and other places. Additionally, you can purchase those cultivated in fields or greenhouses from supermarkets or through online shopping. When we look at the many wild vegetables lined up in stores, they all look strange and we have no idea what they are called or how to eat them. We feel ashamed and think, that we are born Japanese, we must know a little about these things. However, just being able to appreciate the bitterness of wild vegetables as delicious can make you feel proud in its way.

山菜が自生する里山（人里近くにある、生活と直結した山）のない地域では、庭先などで育てることもできますし、畑やハウスで栽培されたものをスーパーやネット通販で購入することもできます。店頭にいっせいに並ぶ山菜の数々を見ると、不思議な見た目で、名前や食べ方がわからないものばかり。「日本人に生まれたなら少しは知らなくては」と情けない気持ちになってしまいます。ただ、山菜の苦みを美味しいと感じられる、それだけでも、何だか胸を張れる気分になれます。

Japanese people have had a tradition of eating wild vegetables and wild plants since the Jomon period, receiving the blessings of spring from nature. While wild vegetables are highly valued now, just a few decades ago, *satoyama* was abundant and teeming with various wild vegetables. *Satoyama* is nurtured through the symbiotic relationship between nature and humans. However, unfortunately, in recent years, *satoyama* themselves have become scarce.

日本人は、縄文時代から山菜や野草を食べる習慣があり、春の恵みを自然からいただいてきました。今でこそ、自生する山菜はとても貴重ですが、つい数十年前まで里山は身近で、たくさんの山菜が芽吹いていました。里山は自然と人間の共生により育まれます。ただ近年、残念ながら、里山そのものが少なくなっています。



Wild vegetables also appear in *waka* poetry from the Heian period (9th to 13th centuries). Phrases like “In spring, as I pick young vegetables for you, snow falls upon my hands” or “I intended to pick spring vegetables, but yesterday and today, I couldn’t due to the snow” express poignant and longing emotions. During this time, wild vegetables were also fresh vegetables that could finally be enjoyed after enduring the scarcity of food during winter.

山菜は平安時代（9 ～ 13 世紀）の和歌にも登場し、「春になってあなたのために若菜を摘む手に雪が降ったよ」とか「春菜を摘もうと思っているのだけど昨日も今日も雪で摘めない」などと、切なくて恋しい気持ちが詠まれています。この頃の山菜は、食べ物が少ない冬を越してようやく味わえる新鮮な野菜でもありました。

During the Edo period (17th to 19th centuries), the Tohoku region was struck by numerous crop failures, leading to many deaths from famine. To address this, the *daimyo* (feudal lord) of the Yonezawa Domain (present-day Yamagata Prefecture), UESUGI Yozan, ordered his domain physician to research edible wild plants. Approximately 80 species of plants were documented in a book detailing how to prepare them, including methods such as salting and drying for preservation. It is said that thanks to this effort, the impact of famine decreased. In the Tohoku region, wild vegetables were a precious food source that saved lives.

江戸時代（17 ～ 19 世紀）、東北地方は幾度も凶作に見舞われ、多くの人が飢餓で命を落としました。そこで、当時の米沢藩（現在の山形県）を治めていた藩主の上杉鷹山は、藩医に命じて食べられる山野草を調べさせ、約 80 種類の草木の食べ方や、塩漬けにしたり乾燥させるなどの加工法、保存食の作り方を本にまとめさせました。そのおかげで飢饉の被害が減ったと言われています。東北地方では、山菜は命を救う貴重な食材だったのです。

For those of us living in the modern age, wild vegetables are a seasonal treat. We enjoy them boiled, seasoned, or even fried as *tempura*. Wild vegetables contain compounds that may have adverse effects on the human body. To remove these compounds, add baking soda to boiling water, soak the vegetables overnight, and then rinse them thoroughly in water. This process eliminates bitterness, harshness, and astringency, making them delicious to eat.

現代に生きる私たちにとって山菜は季節のごちそうです。おひたしや、あえもの、天ぷらにしていただきます。山菜のアクには、人体に悪影響を与える可能性のある成分が含まれています。アクを抜くには、沸騰したお湯に重曹を加え、そこに浸して一晩置き、水にさらします。これで、渋みやえぐみ、苦みを取り除き、美味しく食べられるようにします。



Warabi

ワラビ（蕨） Bracken



Kogomi

コゴミ（蕨） Ostrich fern





Taranome

タラノメ（楤の芽） Fatsia sprouts





Udo

ウド（独活） Udo





Koshiabura

コシアブラ（漉油） Japanese false holly







The earliest sprouting wild vegetable is the *fukinotou* which is delicious when eaten as *tempura*. The curled flower buds of the butterbur plant are charming, and often referred to as the "heralds of spring." They can be found not only in the fields but also in the gardens of urban homes, one or two at a time. The "*taranome*," known as the king of wild vegetables, spreads an elegant bitterness and complex sweetness in the mouth. The *haiku* poet KOBAYASHI Issa wrote, "Even though covered in thorns, the *taranome* are eaten." Doesn't this convey the human desire to eat, even when faced with thorns, and the irresistible deliciousness one seeks?

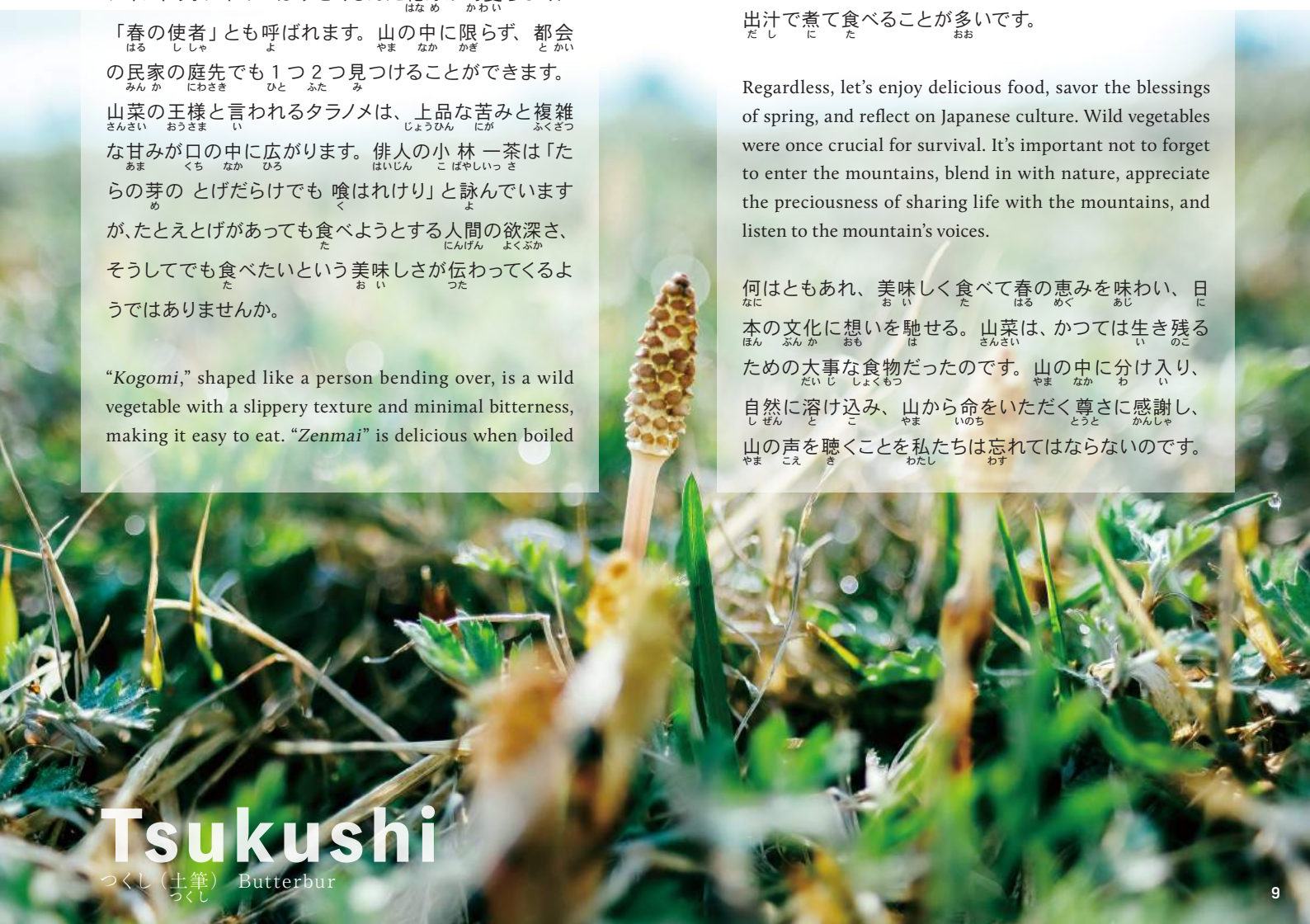
山菜の中で最も早く芽吹くのは、天ぷらが美味しいフキノトウ。フキのつぼみをくるんだ花芽が可愛らしく、「春の使者」とも呼ばれます。山の中に限らず、都会の民家の庭先でも１つ２つ見つけることができます。山菜の王様と言われるタラノメは、上品な苦みと複雑な甘みが口の中に広がります。俳人の小 林 一茶は「たらの芽の とげだらけでも 喰はれけり」と詠んでいますが、たとえとげがあっても食べようとする人間の欲深さ、そうしてでも食べたいという美味しさが伝わってくるようではありませんか。

"*Kogomi*," shaped like a person bending over, is a wild vegetable with a slippery texture and minimal bitterness, making it easy to eat. "*Zenmai*" is delicious when boiled and eaten with a sweet and salty flavor. For "*udo*," it's good to mix it with vinegar *miso* dressing. Although "*warabi*" is often eaten boiled, the starch from its roots is used to make smooth "*warabimochi* (bracken-starch jelly)." "*Fuki*" is often peeled thickly and boiled in a light broth for consumption.

人がかがんだような形をした「コゴミ」は、ぬめりがあり、アクが少なく食べやすい山菜です。甘じょっぱく煮て食べると美味しいのが「ゼンマイ」。「ウド」は酢味噌あえにするのがいいですね。おひたしなどでいただく「ワラビ」ですが、根のでんぷんはツルンとした「わらびもち」の原料になります。「フキ」は厚めに皮をむき、薄味の出汁で煮て食べることが多いです。

Regardless, let's enjoy delicious food, savor the blessings of spring, and reflect on Japanese culture. Wild vegetables were once crucial for survival. It's important not to forget to enter the mountains, blend in with nature, appreciate the preciousness of sharing life with the mountains, and listen to the mountain's voices.

何はともあれ、美味しく食べて春の恵みを味わい、日本の文化に想いを馳せる。山菜は、かつては生き残るための大事な食物だったのです。山の中に分け入り、自然に溶け込み、山から命をいただく尊さに感謝し、山の声を聴くことを私たちは忘れてはならないのです。



Tsukushi

つくし（土筆） Butterbur

Are robots enemies or friends of humans?
ロボットは人間にとって、敵？ 友達！？
ろぼっと　にんげん　てき　ともだち

Text 文 | KOIKE Takae 小池 タカエ
ぶん　こいけ たかえ

1. The use of robots equipped with artificial intelligence (AI) is rapidly expanding.

人工知能 (AI) を搭載したロボット
じんこうちのう　えーあい　とうさい　ろぼっと
jinnkou chinou (AI) wo tousai shita robotto
artificial intelligence AI equipped with robots

の利用が、急速に広がっています。
no riyou ga, kyuusoku ni hirogatte i masu.
of the use rapidly is expanding

2. For Japanese people who have become familiar with "Astro Boy," "Doraemon," and the like, robots are accepted as helpers who are almost like friends.

「鉄腕アトム」や「ドラえもん」などに
てつわんあとむ　どら
"tetsuwann atomu" ya "doraemonn" nado ni
Astro Boy Doraemon and the like

親しんできた日本人にとって、
した　にほんじん
shitashinnde kita nihonnjinn ni totte,
who have become familiar with Japanese people for

ロボットは人々を助ける友達のような
ろぼっと　ひとびと　たす　ともだち
robotto ha hitobito wo tasukeru tomodachi no youna
robots helpers friends almost like

存在として受け入れられています。
そんざい　うけいれ
sonnzai to shite ukeire rarete i masu.
who are as are accepted

3. On the other hand, in places like Europe and America, AI is sometimes seen as a symbol of a dystopian society.

一方、欧米などでは
いっぽう　おうべい
ippou, oubei nado deha
on the other hand Europe and America places like in

AIがディストピア社会の象徴
えーあい　でぃすとぴあ　しゃかい　しょうちょう
AI ga dhisutopia shakai no shouchou
AI a dystopian society of a symbol

と見なされることもあります。
みな
to minasareru koto mo ari masu.
is seen as sometimes

4. This perception may stem from the influence of movies depicting conflicts between machines and humans, such as "Terminator" and "The Matrix."

これは、「ターミネーター」や「マトリックス」
たーみねーたー　まとりっくす
kore ha, "ta-mine-ta-" ya "matorikkusu"
this perception Terminator and The Matrix

など機械と人間の対立を
きかい　にんげん　たいりつ
nado kikai to ninngenn no tairitsu wo
such as machines and humans conflicts between

描いた映画の影響
えが　えいが　えいきょう
egaita eiga no eikyou
depicting movies of stem from the influence

かもしれません。
kamo shire masenn.
may

5. In many cases, while robots often contribute to streamlining tasks, concerns about them taking away human jobs persist.

多くの場合、ロボットは業務の効率化に
おお　ばあい　ろぼっと　ぎょうむ　こうりつか
ooku no baai, robotto ha gyoumu no kouritsuka ni
in many cases robots often contribute

貢献しています が、人間の仕事を
こうけん　にんげん　しごと
koukenn shite i masu ga, ninngenn no shigoto wo
to streamlining tasks while human jobs (persist)

奪うことへの懸念も根強く残っています。
うば　けねん　ねづよ　のこ
ubau koto heno kenenn mo neduyoku nokotte i masu.
taking away concerns about them

6. In Japan, there is a growing interest in "weak robots" that evoke a desire to help.

日本では、助けたくなる「弱いロボット」が
にほん　たす　よわ　ろぼっと
nihonn deha, tasuketaku naru "yowai robotto" ga
Japan in that evoke a desire to help weak robots

注目を集めています。
ちゅうもく　あつ
chuumoku wo atsumete i masu.
there is a growing interest in

English+ Japanese　English　Japanese

7. For example, there are “talking robots” whose speech is halting, and “trash can robots” that find the trash and walk unsteadily but can’t pick it up.

例えば、
tatoeba,
for example

話し方がたどたどしい
hanashikata ga tadotadoshii
whose speech is halting

「トーキングロボット」
“to-kinngu robotto”
talking robots

や、
ya,
and

ゴミを
gomi wo
the trash

見つけて
mitsukete
that find and

よたよたと歩いて行く
yotayota to aruite iku
walk unsteadily

のに
noni
but

ゴミを拾えない
gomi wo hiroe nai
can’t pick it up

「ゴミ箱ロボット」
“gomibako robotto”
trash can robots

などです。
nado desu.
there are

8. These robots teach the importance of helping each other by properly exposing their weaknesses. Moreover, they bring out the strengths and kindness of humans.

これらのロボットは、
korera no robotto ha,
these robots

自分の弱点を
jibunn no jakutenn wo
their weaknesses

適度にさらけ出すこと
tekido ni sarake dasu koto
properly exposing

で
de
by

助け合い
tasukeai
helping each other

の
no
of

大切さを
taisetsusa wo
the importance

教えてくれます。
oshiete kure masu.
teach

そして、
soshite,
moreover

人
hito
humans

の
no
of

強み
tsuyomi
the strengths

や
ya
and

優しさを
yasashisa wo
kindness

引き出します。
hikidashi masu.
they bring out

9. We are given the opportunity to consider the “mutually beneficial relationship” together with the robots between humans and machines.

人間
ninngenn
humans

と
to
and

機械
kikai
machines

の
no
between

「持ちつ持たれつの関係」を、
“mochitsu motaretsu no kannkei” wo,
the mutually beneficial relationship

ロボット
robotto
the robots

と一緒に
to issho ni
together with

考えていく
kanngaete iku
to consider

機会が
kikai ga
the opportunity

与えられています。
ataerarete i masu.
we are given

ロボットは人間にとって、敵？ 友達！？

人工知能（AI）を搭載したロボットの利用が、急速に広がっています。

「ドラえもん」や「鉄腕アトム」などに親しんできた日本人にとって、ロボットは人々を助ける友達のような存在として受け入れられています。

一方、欧米などではAIがディストピア社会の象徴と見なされることもあります。

これは、「ターミネーター」や「マトリックス」など機械と人間の対立を描いた映画の影響かもしれません。

多くの場合、ロボットは業務の効率化に貢献していますが、人間の仕事を奪うことへの懸念も根強く残っています。

日本では、助けたくなる「弱いロボット」が注目を集めています。

例えば、話し方がたどたどしい「トーキングロボット」や、ゴミを見つけてよたよたと歩いて行くのにゴミを拾えない「ゴミ箱ロボット」などです。

これらのロボットは、自分の弱点を適度にさらけ出すことで助け合いの大切さを教えてくれます。そして、人の強みや優しさを引き出します。

人間と機械の「持ちつ持たれつの関係」を、ロボットと一緒に考えていく機会が与えられています。



English+ Japanese | English | Japanese

Walking with healing

癒(い)やされて、歩(ある)く

1. Since ancient times, mountains have been the object of religious worship. People held a sense of gratitude and awe toward mountains, which brought about great disasters and accidents as well as abundant blessings of nature.

昔	から	山(やま) は	信仰(しんこう)	の	対象(たいしょう)	でした。
mukashi	kara	yama ha	shinnkou	no	taishou	deshita.
ancient times	since	mountains	religious worship	of	the object	have been

自然(しぜん)	の	豊(ゆた)かな 恵(めぐ)み	とともに	大(おお)きな 災害(さいがい)	や
shizenn	no	yutakana megumi	to tomo ni	ookina saigai	ya
nature	of	abundant blessings	as well as	great disasters	and

事故(じこ)	をももたらす	山(やま) に、	人々(ひとびと) は	感謝(かんしゃ)	と
jiko	womo motarasu	yama ni,	hitobito ha	kannsha	to
accidents	which brought about	mountains	people	gratitude	and

畏怖(いふ) の	念(ねん) を	抱(いだ)いて いました。
ifu no	nenn wo	idaite i mashita.
awe toward	a sense of	held

2. Therefore, women were prohibited from entering sacred mountains, considered holy, and even men were only allowed to enter freely if they were practitioners.

そのため、	神聖視(しんせいし)	されて いた	霊山(れいざん) では	女性(じょせい) の
sonotame,	shinnsei'shi	sarete ita	reizann deha	josei no
therefore	holy	considered	sacred mountains	women

入山(にゅうざん) を	禁止(きんし) し、	男性(だんせい)	も	修行者(しゅぎょうしゃ)	のみ が
nyuuzann wo	kinnshi shi,	dannsei	mo	shugyousha	nomi ga
from entering	were prohibited and	men	even	they were practitioners	if only

自由(じゆう) に	入る こと を	許(ゆる)されて いました。
jiyuu ni	hairu koto wo	yurusarete i mashita.
freely	to enter	were allowed

Mountains

3. However, from the late Edo period to the Meiji era, sacred mountains also became open to women. When it became safe to climb in early summer, a ceremony called "*yama-biraki*" was held to pray to the mountain gods for safety.

しかし、		江戸後期		から		明治時代		にかけて、		霊山が					
shikashi,		*edo*	*kouki*	*kara*		*meiji*	*jidai*	*ni*	*kakete,*	*reizann*	*ga*				
however		the late Edo period		from		the Meiji era		to		sacred mountains					
女性	に	も	解放される			ようになります。				安全に					
josei	*ni*	*mo*	*kaihou*	*sareru*		*youni*	*nari*	*masu.*		*annzenn*	*ni*				
women	to	also	open			became				safe					
登山が		できる		初夏		になると		「山開き」		という					
tozann	*ga*	*dekiru*		*shoka*		*ni*	*naru*	*to*	*"yamabiraki"*		*to*	*iu*			
to climb		it became		in early summer		when			yama-biraki		called				
儀式を		行い、		山の神		に		安全を		祈りました。					
gishiki	*wo*	*okonai,*		*yama*	*no kami*	*ni*		*annzenn wo*		*inori*	*mashita.*				
a ceremony		was held		the mountain gods		to		for safety		to pray					

4. Japan's mountaineering population is said to be as high as 10 million, and a wide range of people are familiar with the mountains, from "Yama girls" who dress fashionably and walk in the mountains, to serious mountaineers.

約1,000万人の			登山愛好家			がいる		日本では、							
yaku	*issenn*	*mann ninn no*	*tozann'aikouka*			*ga*	*iru*	*nihonn*	*deha,*						
as high as ten million [people]			mountaineering population			is said to be		Japan's and							
ファッショナブルな		格好で		山		を歩く		「山ガール」		から					
fasshonaburuna		*kakkou*	*de*	*yama*		*wo*	*aruku*	*"yama'ga-ru"*		*kara*					
fashionably		who dress		in the mountains		and walk		Yama girls		from					
本格的な登山家		まで、		幅広い層に				親しまれています。							
honnkakutekina	*tozann'ka*	*made,*		*habahiroi*	*sou*	*ni*		*shitashimarete*	*i*	*masu.*					
serious mountaineers		to		a wide range of people				are familiar with the mountains							

5. Perhaps because about three-quarters of Japan's land area is mountainous, therefore mountains have been deeply rooted since ancient times in Japan's culture and way of life.

山地の		面積が			国土の			約							
sannchi no		*mennseki*	*ga*		*kokudo*	*no*		*yaku*							
is mountainous		area			Japan's land			about							
4分の3を占める国				だから		こそ、		古来、							
yonn bunn no sann wo		*shimeru*	*kuni*	*dakara*		*koso,*		*korai,*							
three-quarters of				therefore		because		since ancient times							
日本の文化		や		生活		には		山が							
nihonn no bunnka		*ya*		*seikatsu*		*niha*		*yama ga*							
Japan's culture		and		way of life		in		mountains							
深く根ざしている		のかもしれません。													
fukaku nezashite iru		*no kamo shire masenn.*													
have been deeply rooted		perhaps													

Based on the June 2022 issue of Season Highlight (text: IWASAKI Yumi).
2022年6月号「シーズンハイライト」（文：岩崎由美）を元にしています。