

四季と日本の食歳時

古来、私たち日本人が日常に取り入れていた季節行事、習慣には、厳しい自然、四季を無事に乗り越え、1年を健康に過ごしていくための知恵や願いが「食」の中に込められていました。

菖蒲の香りを楽しむ、端午の節句

2017年の立夏は、ちょうど5月5日の端午の節句にあたります。江戸時代以降は、男子の健やかな成長や立身出世を願うための行事となっています。江戸以前や、もともと中国では5月は悪月・忌み月ともいわれ、天災などの悪い事が起こりやすい月とされていた影響もあり、無病息災を願う祭事のひとつだったようです。



歌川広重
名所江戸百景
堀切の花菖蒲
(国立国会図書館所蔵)

この日、家の軒先には、悪鬼払いの香りの強い菖蒲や蓬をつるします。菖蒲（ヨモギ）蒲というと、花菖蒲（アヤメ科）を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、節句に使う菖蒲は、花の咲かない剣の形をした葉だけ（サトイモ科）のもの。花菖蒲は、花は咲いても葉に香りはありませんが、葉菖蒲は芳香が強く、漢方薬としても用いられます。温めた酒や湯に葉菖蒲の根に近い部分を浸し、菖蒲酒・菖蒲湯として飲み体の中からも厄払いをします。菖蒲を入れたお風呂につかることは、現代でもポピュラーな風習として残っていますね。

この日に食べる節句菓子として、柏餅と粽があります。柏餅は、江戸文化の中で広まりました。柏は神聖な木として昔から大切にされ、その柏の葉は、新しい新芽が出るまで葉が落ちないことから、子孫繁栄の意味を込めて節句菓子として食べられてきました。また粽は、中国の故事に由来しており京都をはじめとする関西地域で主となっています。



歌川豊国 十二月の内 卯月初時鳥 (国立国会図書館所蔵)
何気ない年中行事となっている日本の風習やそれにまつわる食習慣、改めてその意味を知るのもまた一興。昔の人々の思いや願いが、今につながります。

初夏の味、江戸の高価な「初物」

桜も散り、木々の新緑が浅く美しい黄緑色から、力強く深い緑色へと変わり始める五月に入ると、旧暦二十四節気では立夏を迎えます。

立夏とは「夏の入り」。夏はまだ先でも、夏の気配を感じ始める頃をさします。この立夏から小満（5月21日前後）までの時期は、歳時記でいうところの「初夏」にあたります。

江戸時代、初夏になると魚河岸はいつにも増して活気づき、町では魚の“振り売り”（木桶やかごの中に魚を入れ、天秤棒の前後につけた）に注目が集まります。江戸っ子たちの狙いはもちろん、「初鯉」。よく初物を食べると75日寿命が延びるといいますが、こと初鯉にいたっては750日といわれていたほど。値段も大変高価で、上物の初鯉ともなると1尾3両もしたといえますから、当時の下級武士の給料1年分にあたることもあったようです。



歌川広重 名所江戸百景
水道橋駿河台
(国立国会図書館所蔵)

さて、この初物、よく旬と間違われがちなのですが、じつは違います。その年に初めて漁獲（収穫）された「はしり」（旬の初め）のことを意味します。初物には、万物の栄気が宿っているため、それを食べることでその力をいただくことができると考えられていました。



歌川広重
六十余州名所図会
土佐 海上松魚釣
(国立国会図書館所蔵)

逆に、旬はその食材の収穫の最盛期「出盛り」のことをいい、終わりの頃を「名残り」という。食材からも、より季節を感じとって楽しむのは日本人ならではかもしれませんね。

発行者 公益財団法人 **ダイヤ高齢社会研究財団**

〒160-0022 東京都新宿区新宿1-34-5 VERDE VISTA 新宿御苑
TEL:03-5919-1631 FAX:03-5919-1641
E-mail:info@dia.or.jp http://www.dia.or.jp

編集人：鈴木章一 デザイン・印刷：橋本確文堂（三菱製紙ホワイトニューVマット） 発行：2017.4.27 No.89