

今年の「土用の丑の日」は、7月24日(金)と8月5日(水)の二度あります。夏バテを防ぐために、うなぎを食べて体力を強化する習慣は、奈良時代からあったと言われていたようですが、今回は、「土用の丑の日」と「うなぎ」についてご紹介します。

「土用の丑の日」は「うなぎ」?



土用の丑の日って?

土用というのは、「立夏」の前18日を「春の土用」、「立秋」の前18日を「夏の土用」、「立冬」の前18日を「秋の土用」、「立春」の前18日を「冬の土用」と言い、その初めの日を土用の入りと言います。そのうちで十二支の丑の日にあたるのが「土用の丑の日」です。中でも、夏の土用が「土用の丑の日」として特に有名です。

なぜ、土用の丑の日に「うなぎ」を食べる?



いろいろな説がありますが、エレキテルなどで有名な科学者（発明家、蘭学者）「平賀源内」が言い出したという説が一般的のようです。

江戸時代、源内がひいきにしていたうなぎ屋が、夏場に商売がうまくいかず、源内に相談をもちかけたところ、源内が「本日、土用の丑の日」という大きな看板を店先に出させたそうです。そして、本日うなぎを食べると薬になると宣伝しました。当時、もの知りとして有名な源内の言うことなら間違いのないということで、そのうなぎ屋はたいへん繁盛したそうです。

その後、他のうなぎ屋もまねるようになり、「土用の丑の日にはうなぎ」という風習が定着していったという説でした。

うなぎの開き方が、関東と関西で違う?

うなぎは関西から東上したそうですが、関西風のうなぎは腹開きにして、蒸さずに焼きます。パリッとしていて香ばしいのが特徴です。

関東風は背開きにして、一度白焼きしたものを蒸してから再び焼きます。淡白で柔らかいのが特徴です。

では、なぜ関西は腹開きで関東は背開きなのでしょう?

関東は武家社会で、腹開きは切腹に通じるからダメで背開きにしたそうです。関西では腹開きですが、これは背のほうに身が多くあって腹開きにすると一度に多く串にさせるからだそうです。



うなぎには、ビタミンAやBが豊富に含まれているため、夏バテや食欲減退を防止する効果が期待できます。

【7・8月の予定】

| | |
|--|--|
| 7/20 月 海の日 | 8/1 土 |
| 21 火 | 2 日 ふじしま夏まつり・鶴岡伝統芸能祭 9:00～20:50 会場:藤島体育館周辺 (藤の花一丁目 1-1) 雨天の場合:体育館アリーナ |
| 22 水 | ※ 子どもすもう大会や魚つかみどり、焼き肉フェスティバルが開催されます。 ※ 鶴岡を代表する伝統芸能が、一堂に会します。 |
| 23 木 | 3 月 |
| 24 金 土用の丑の日 編み物教室 9:30～11:30 会場:宝田住宅集会所 ※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングができます。 ※ 出入り自由ですので都合のいい時間においでください。 ※ おしゃべりだけでもOKです。「ホッと一息」できる場所です。 法律無料相談(山形県弁護士会) 会場:鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) ※ 避難者相談であることを伝えてください 16:00～18:00 (要予約) ※ 申込み) 山形法律相談センター ☎ 023-635-3648 | 4 火 |
| 25 土 | 5 水 土用の丑の日 |
| 26 日 | 6 木 |
| 27 月 | 7 金 編み物教室&健康相談 9:30～11:30 会場:宝田住宅集会所 ※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングや看護師さんによる健康相談ができます。 法律無料相談(山形県弁護士会) 会場:鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) |
| 28 火 | 8 土 |
| 29 水 | 9 日 週末寺小屋 13:30～15:30 会場:にこ♥ふる3階 栄養指導研修室 ※ 小学1年生から高校生までの学習支援です ※ 申込み、問) 子ども支援ボランティア「チーム飛躍(ひやく)」 ☎ 0235-64-1768 Eメール: jjmori@hotmail.co.jp |
| 30 木 | 10 月 |
| 31 金 編み物教室は、お休みです 法律無料相談(山形県弁護士会) 会場:鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) | 11 火 避難者相談会 12:30～15:00 会場:鶴岡市役所4階 ロビー ※ 福島県職員がおいでになり、生活支援相談員等も同席する出入り自由な相談会です。 ※ お昼休みもOKです。 |
| | 12 水 |
| | 13 木 お盆 |

