

きよす食育レポート

第31号

清須市役所産業課
平成29年12月1日発行

あなたの家は「^{さけ}鮭派」？「^{ぶり}鱒派」？

12月に入ると、なぜか、「急がなくちゃ〜」と思ってしまうことはありませんか？新しい年がすぐそこに来て、背中を押しているからでしょうか？「師走」という言葉がぴったりですね。

お正月は「食」にとっても大きな行事です。年越しそばを食べたり、おせち料理を作ったり。ちょっと早いですが、お正月の「食」についてお話しします。

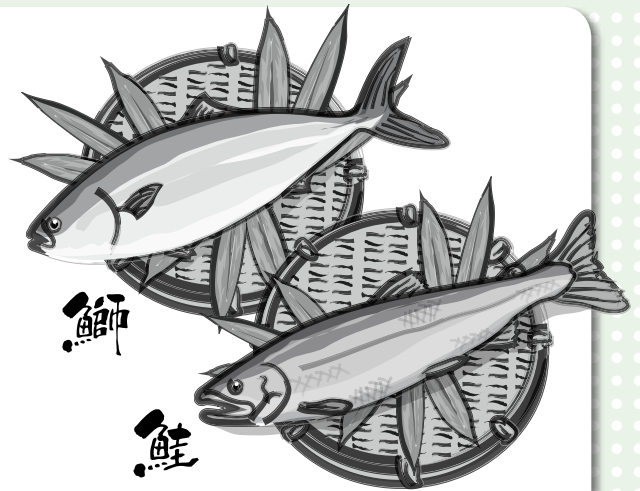
お正月は「年神様」が家に訪れる大切な行事と捉えられています。家にお迎えした「年神様」の席は「鏡餅」。鏡に似せた神聖な餅の特等席を作るためには「餅つき」が欠かせません。昔は12月13日が「正月事始め^{ことばじ}」でした。すす掃き（すす払い）、節木切り、餅つきなど、この日からお正月の準備が始まりました^{※1}。そして、1月15日の小正月まで1か月余りのお正月行事が続きます。

「年とり膳」をご存知ですか？「年神様」をもてなすための大晦日の料理です。日没とともに新たな日が始まるとされていた旧暦では、大晦日の夜から「おもてなし」が始まります。「年とり膳」はご飯、汁物、煮しめ、なます、きんぴらなど、そしてとびきりの一品、めったに食べられない「年とり魚」が並びました^{※2}。「年とり魚」にはサケあるいはブリが重宝されました。サケは晩秋に川をのぼる貴重なたんぱく源です。ブリは成長によって名前が変わる出世魚です。この膳からは魚を食べることで盛大に正月を祝おうとする姿が読み取れます。そして面白いことに、使う魚はフォッサマグナを境に東日本ではサケ、西日本ではブリと異なるようです。手に入れやすさがあったと思いますが、この境が日本を2分する味覚境界線の1つとなっています。（第二次味覚境界線^{※3}）

そして、元旦の朝にはお雑煮をいただきます。おせち料理はお雑煮を煮る神聖な火^{けが}を熾さなため「作りおき料理」との説があり、お餅が入ったお雑煮がお正月のメイン料理です。お雑煮のお餅の形は、尾張、美濃、飛騨、越後の西側を結ぶ線を境界線（第一次味覚境界線）として、西が丸餅、東が角餅のようです。名古屋近辺は、かつおだしの汁に角餅を柔らかく煮て、もち菜（小松菜）と花かつおをのせる日本一シンプルなお雑煮といわれています^{※4}が、あなたの家のお雑煮はどんなお雑煮ですか？

現在、家族構造や生活様式の変化に伴い、家庭の味を永く伝えていくことは難しくなっているといわれています。でも、一緒に食べる食事の場面を通して、共に食べる時間を大切に思う心を伝えることはできるのではないのでしょうか。それが食育です。

お正月までもう少しです。どうぞ楽しいお年とりをお迎え下さい。



※1 日本年中行事辞典 角川書店

※2 ようこそ年神様

栄養と料理 2017.1月号 女子栄養大学出版部

※3 日本列島のうま味構造 日本うま味調味料協会

※4 農林水産省 HP お雑煮文化圏マップ

清須市食育まつりが開催されました!!

11月19日(日)に清須市食育まつりがみずとびあ庄内で開催されました。

当日は寒い日となりましたが、みずとびあ庄内朝市や清須ウオークも同時に開催され大盛況のうちに終了しました。

会場では、清須市の伝統野菜である宮重大根入り豚汁や土田かぼちゃカレーの試食があり大好評でした。市内の食育団体による13のブースでは、食育や食品ロスについての展示やゲームなどが行われ、来場者は楽しみながら食の大切さを学んでいました。

また、大会議室では、愛知みずほ大学短期大学部客員教授 上原正子氏による食育トーク「食の力ーからだが喜ぶ食事のすすめー」が開催され、皆さん熱心に話を聞いていました。



上原正子氏による食育トーク



▲愛知文教女子短期大学による「土田かぼちゃ」を使ったマドレーヌの提供



▲清須市学校給食センターによるだしの飲み比べ



▲市内保育園による食育の遊びのコーナー



▲健康推進課による噛むカムチェック