

おやまだ給食だより

2016年
7月号

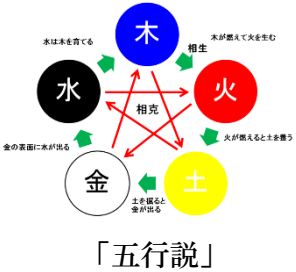
「土用の丑の日」その起源は？」

今年の「土用の丑」は7月30日（土）です。「土用の丑」とは何か？どうしてウナギを食べるのか？そのルーツに迫ってみたいと思います。

古くから日本は、中国から伝えられた「五行説」の思想を持っていました。「五行説」とは、全ての物が「火・木・水・金・土」の五つの元素で出来ているという考え方です。それぞれを季節にあてはめた所、「土」は季節の変わり目に配置されました。そして「十二支」も「5年」だけでなく、方角、月、日にちにを数える為にも使用してました。詳しくは、五行説を調べてみて下さい。「土用の丑」は土用の季節と、丑の日が重なった日を指すのです。ここで、「土用の丑の日」は年に一回なのか？数回あるのでは？」と疑問を抱く方もいらっしゃるでしょう。

現代の日本では、土用の丑の日にウナギを食べるといふ日は、年に一回の夏の日です。どうしてこのような習慣になったのでしょうか。それは、ある江戸時代の万能学者が関わっているそうです。

(諸説あり)



「五行説」



平賀源内 (1728~1779年)

江戸時代の発明家であり、文芸家、陶芸家、画家、起業家、本草家（今で言う薬学・博物学）だった博学者。



エレキテル（静電気発生装置）オランダから伝わり、幕府に献上した物を平賀が復元したと言われる。



六月の行事食のご紹介



通所リハ：お楽しみ食



御一日献立

七月の行事食	一日	御一日献立
	七日	七夕
	一八日	海の日
	三十日	土用の丑

「本日丑の日」

平賀源内は、知り合いの鰻屋から、「鰻が売れない。特に夏は」と相談を受けました。

そこで平賀源内が鰻屋に「本日丑の日」と張り紙をするようにアドバイスをしました。

奈良時代から、うなぎは精のつく食べ物として知られており、また丑の日に、「う」のつく食べ物を食べると夏負けしないという風習があったのです。張り紙をした所、大変繁盛したそうです。

「土用の丑の日」は平賀源内が仕掛け人の、夏に売れない鰻の販売促進のためだったという話が一番有力なルーツだそうです。

バレンタインの日にはチョコプレートを食べる。クリスマスにはケーキや七面鳥を食べる。いつの時代も、平賀源内のような名案者により、世の中は動かされてきたようです。



平賀源内は万歩計の発案者でもあります。

栄養相談を受けてみませんか？

★外来患者様へ★
血糖値が気になる、血圧が高い、などでお困りではありませんか？お気軽に栄養相談にお越しください。管理栄養士が、できるだけわかりやすくお話しします。ご希望の方は担当医にご相談ください。

★入院患者様へ★
お食事のことでご相談があれば担当栄養士が伺いますので病棟スタッフに声をかけてください。