



豊ヶ丘小 パクパク通信

平成24年9月6日
多摩市立豊ヶ丘小学校
校長 小林 佳世
栄養教諭 早乙女 理恵
No.11

まだ残暑が続くような9月です。しばらく見ないうちに、身長がグン！と伸びた感じがしました。みんな色よく焼けて、健康的な笑顔がまぶしかったです。2学期が始まるとすぐに運動会の練習、そして学習発表会と大きな行事が続きます。健康に気をつけて、長い2学期を乗り切りましょう。



9月9日は重陽の節句



五節句という言葉を知っていますか？1月7日が人日の節句（七草粥）、3月3日が桃の節句、5月5日が端午の節句、7月7日が七夕、そして9月9日が重陽の節句です。古来中国では、奇数は良いことを表す陽数、偶数は悪いことを示す陰数と考え、その奇数が連なる日をお祝いしたのが五節句の始まりで、その中でも一番大きな陽数（9）が重なる9月9日を、陽が重なると書いて「重陽の節句」と定め、不老長寿や繁栄を願ってお祝いをしてきました。

日本では平安時代初期に貴族の宮中行事として取り入れられました。当時は、菊を眺めながら宴を催して歌を詠んだり、菊合わせ（今でいう菊コンクール）を開いたりしました。中国では、菊の花には不老長寿の薬としての信仰があり、鑑賞用としてより先に薬用として栽培されていたようです。

旧暦の9月9日は、今の10月中旬にあたりちょうど菊の花の見ごろです。そのため菊の節句ともよばれていました。重陽の節句があまり知られなくなったのは、旧暦から新暦にこよみが変わり、菊の花の時期でなくなってしまったのが大きいのかもしれません。しかし7日の給食は、おひたしに「菊の花」を入れた、重陽の節句献立です。菊の花はさっとゆでてあえ物や酢の物、生のままてんぷらにしてもおいしいですよ。



9月30日は十五夜

今年の十五夜は少し遅く、9月30日です。旧暦の8月は1年で一番美しい月が見られる季節とされていたので、8月15日を「中秋の名月」と呼び、月を鑑賞する風習が生まれたそうです。十五夜も、もともとは中国の行事で、日本には平安時代に伝わったと言われています。当時は主に貴族の行事となっていたようで、宮廷では川に船を浮かべ、月の詩や歌を作り雅楽を奏でて中秋の名月を楽しんだとされています。江戸時代になると武士や町民、農民の間では特に里芋をはじめとする芋類の収穫の感謝祭として広く普及したと言われています。そのため「いも名月」とも呼びます。

中秋の名月には月見団子や里芋、柿、梨など、その時期に収穫された物を供えて神酒をそえて月を眺めながら余興を楽しみます。またすすきを飾ったり、秋の七草を活けたりする風習もあるようです。また十五夜に月見をしたら、十三夜も月見をしないと、片見月といい縁起が悪いとされていました。できれば両方の美しい月を愛でたいですね。

レンジで簡単！きぬかつぎ(3, 4人分)

里芋(小)・・・9～12個

塩・・・少々 　　いりごま・・・適量



1. 里芋は皮ごときれいに洗って、上下を少し切り落とし、真ん中に横1周、浅く切り込みを入れておきます。
2. 耐熱皿に1を乗せ、ラップをかけずに4～5分レンジで加熱します。(竹串がすっと通るくらいの柔らかさでOK)
3. 2を取り出し、上の皮をむいたら塩とごまを振りかけて出来上がりです。