

2 ENJOY LIFE

vol.106

こんにちは～！！ENJOY LIFE2月号です☺

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひ致しますm(__)m

もう年明けしてから、2ヶ月目に入ろうとしていますよ～！！早すぎますね(*_*)
2月は節分がやってきます！

今年は2月3日、方角は

南南東 です！！

節分と言えば、恵方巻が有名ですが、
節分に食べる恵方巻や豆には、それぞれ意味や目的があるのを知っていますか？
また、恵方巻や豆以外にも節分に食べると良いといわれている食べ物はたくさんあります。
今回は、節分の食べ物10個の意味や由来をご紹介しますね～！！



縁起の良い節分の食べ物10個と意味や由来について

- ①【恵方巻き】おしゃべり厳禁 ②【大豆や落花生】年の数+1個食べる ③【いわし】鬼が嫌うにおい
④【蕎麦】厄を断ち切る ⑤【こんにゃく】悪いものを取り除く ⑥【けんちん汁】古くから伝わる精進料理
⑦【福茶】縁起物 ⑧【くじら】大きな志と幸福を願う ⑨【麦飯】世の中を回す ⑩【ぜんざい】厄払い



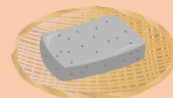
4番目の蕎麦！

厄を断ち切るということで、12月31日の大晦日だけでなく節分にも食べると良いといわれています。
節分は旧暦でいえば立春の前日、つまり大晦日のことで、冬が明けて農業を再開する時期でもあります。
縁起の良い食べ物として、昔から季節の節目に食べられていたそうです。
さらに、蕎麦は切れやすいため1年の厄を断ち切ることができるともいわれています。



5番目のこんにゃく！

胃のほうき」「砂おろし」と呼ばれるこんにゃくは、悪いものを取り除いて外に出す働きがあると信じられていました。
実際、こんにゃくには食物繊維が豊富に含まれているので、科学的に納得ですね。



9番目の麦飯！

麦を茹でてできた料理を「よまし麦」と呼んだり、麦を炊くことを「麦をよます」と言ったりします。
それらが「世の中を回す」といった意味を持つようになり、節分に食べられるようになりました。



10個の食べ物をご紹介しましたが、それぞれ発祥地が異なります。
節分の象徴ともいえる恵方巻も、節分の日に食べるようになったのは関西地方が始まりです。
地域によっては手に入りにくい食材があるかもしれませんが、ぜひ一度、訪れたことのない土地の節分の食べ物に挑戦してみたいかがですか。

寒さが厳しい時期ですが、お身体に気をつけてくださいね☺
それでは、また来月も宜しくお願いします✋