

行事食 節分

節分のいわれ

もともと節分は立春・立夏・立秋・立冬の前日のことで、1年に4回ありました。しかし、1年の始まりとして春を特に大事に考えるようになると、節分といえば春の節分のみを指すようになりました。大みそかともいえる節分の日には、前の年の邪気を祓うための行事・追儺が行われます。豆まきもその一つで、「魔目（鬼の目）」に豆を投げて「魔滅（魔を滅する）」という意味があるともいわれています。

●福は内、鬼は内

「鬼は外」といわない豆まきもあります。東京雑司ヶ谷の鬼子母神は、お祭りしているのが鬼子母神なので「鬼は外」といいません。奈良吉野の金峯山寺蔵王堂では「福は内、鬼も内」といって全国から追われてきた鬼を迎え入れ、改心させるそうです。



節分にまつわるもの

豆

季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気を祓い清めます。季節の変わり目は天候が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼（病気）を追い払うのです。

豆は煎り豆を使います。生豆を使わないのは、「拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある」といわれているからです。



焼嗅（やいかがし）

戸口にいわしの頭やひいらぎをさします。

●いわし いわしの臭みで鬼が近づかないように。

●ひいらぎ 葉のとげで鬼の目を刺して、家の中への侵入を防ぐために。

戸口ににんにくや髪の毛をつるす地方もあります。いずれも邪気、疫鬼を追い払うためといわれています。

家庭でできる行事食

子ども：1人分

●やこめごはん

米……………50g
水……………65cc
大豆……………5g
じゃこ……………3g
塩……………0.4g

【作り方】

- ①米は洗っておく。
- ②大豆は洗って、フライパンで気長に炒る。
- ③じゃこは熱湯をかけておく。
- ④炊飯器に①と分量の水、②、③と塩を加えて炊く。



●みそ汁

水……………150cc
けずり節……………3g
豆腐……………20g
わかめ……………3g
長ねぎ……………5g
みそ……………10g

●いわしのしょうが煮

いわし……………1尾
しょうが……………0.5g
しょうゆ……………5g
三温糖……………4g
水……………50cc

●おひたし

ほうれんそう……………30g
にんじん……………5g
しょうゆ……………2g
プチトマト……………30g
(添える)

●果物

いちご……………40g

やこめごはん 山梨県の郷土料理

稲作農家にとって苗代の種播きは、一年のうちで最も大切な行事とされています。水口に供える供物を「やこめ」と呼びました。苗代に播いた種もみを少し残し、もみ殻を取って煎った「焼米」が語源です。祭壇にこれを供え、まわりにはカツノキ（ヌルデ）、ヤマブキ、カヤ、ヤナギなどの枝のほか、正月七日の七草がゆのとき使ったかゆかき棒や箸なども供えました。

本来は米を焼いて穀霊の出現を促し、

「焼嗅（やいかがし）」は煎った匂いで悪霊や害虫を追い払う呪い術でした。やこめを村の子ども達に配ったのも、焼米の呪力で子ども達が健康で育つようにと願うと同時に、稲の子（もみ）が健康で育つことを祈ったものです。こうした伝承がやこめのもつ本質です。

米の貴重な地域では、種もみにするもみは残るほどなかったため、前年収穫した米に大豆を混ぜて増量し、これを供えるようになったものです。

【献立】

やこめごはん
みそ汁
いわしのしょうが煮
おひたし
果物