

みなさん、こんにちは。県立生涯学習推進センターメールマガ担当です。

本日は冬至です。一年で最も昼の時間が短い日です。冬至は、「一陽来復（いちようらいふく）」という四字熟語があるように、この日を境に日照時間が延びていくことから、陰の気が極まって陽の気に向かう折り返し地点と位置付けられているそうです。

冬至には様々な風習があります。我が家では、「冬至にカボチャを食べると元気になる」という言い伝えから、母が「カボチャぱっと」をよく作ってくれました。「はっと」とは、宮城県北や岩手県南地域でよく食べる郷土料理です。「ひつつみ」にすごく似ています。カボチャを入れることで甘さが加わり、まろやかになり美味しいです。

以前、カボチャぱっとを母と作ったことがありました。カボチャが硬くて、包丁とトンカチを使いながら小さくしていると、

母「はっとは、おばあちゃんに教えられたんだよ。」

私「ということは、我が家の伝統の味というわけだね。」

母「いや、その後、いろいろ味付け直して今の味になっているから、私の味ね。」「でも、姉妹たちが帰省すると「はっと食べたい」と言われるのは、ちょっとうれしいかも。」

私「姉妹たちも受け継いでいけば、伝統の味になるね。」

母「はっとを受け継いでいくのはいいけど、味付けは、伝統にこだわらなくていいと思う。」「自分たちが食べ飽きない味が、作り続けていく秘訣だから。」

私「なんか、深いこと言っているね。」

その日の母のカボチャぱっともいつも通りの味でした。

さて、そもそもカボチャは夏野菜なのに、なぜ冬至に食べるようになったのでしょうか。

諸説あるようですが、次の2つが主な理由です。

1. カボチャは、長期保存ができ、冬でも手軽に栄養が取れる貴重な野菜だったこと。
2. 冬至に、「ん」が付く食べ物を食べると運気が上がるという言い伝えがあり、カボチャは、漢字で「南瓜」と書き、音読みすると「ナンキン」と「ん」が2つ入っていること。

今夜は、たぶん母が、カボチャぱっとを作っていると思うので、家族で食べて、健康と運気をさらに高めたいと思います。

令和4年は本号が最終号です。次回の配信は令和5年1月5日となります。

今年もご愛読ありがとうございました。

皆様もよいお年をお迎えください。

☆子育てに関する悩みを一緒に考えます☆

子育て電話相談「すこやかダイヤル」 0198-27-2134

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^_^)/

kosodatem@pref.iwate.jp

★=====★

【発行・文責】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <https://manabinet.pref.iwate.jp/hp/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

★=====★