



新緑さわやかな季節となりました。5月といえば「こどもの日」がありますね。今月は、こどもの日ならではの食べ物についてお話しします。

❀5月行事食：かしわ餅❀  
※かしわ餅が食べられない方には  
ゼリーを提供します



こどもの日には  
粽(ちまき)を食べる  
地域もあるけど…  
違いはなんだろう？

こどもの日(端午の節句)について思い浮かべる食べ物はありますか？かしわ餅や粽(ちまき)が浮かぶ方が多いのではないかと思います。この2つの違いは一体何でしょうか。

それは、東西文化の違いです。

もともと平安時代に中国から端午の節句が伝来したときに粽が伝えられ、全国に広がっていきました。その後、江戸時代に端午の節句が五節句のひとつになってから、縁起のいいかしわ餅が江戸の主流となって広がり、伝統を重んじる上方は粽を伝承したのです。当時の文献にもその様子が書かれており、関東ではかしわ餅、関西では粽を食べる傾向が幕末にほぼ定着していたことが分かります。また、かつては柏の木が自生している地域に限られていた為、かしわ餅の広がりには限定的でしたが、輸入されるようになったことで全国的に広まったとも言われています。

粽の中身についても地域差があり、北日本・東日本はおこわ(中華ちまき)、西日本は甘い団子が多いようです。長崎ではおこわが多いとのことですが、中華街があり昔から中国の文化と共にあった影響かもしれませんね。

### 端午の節句の 「ちまき」調査



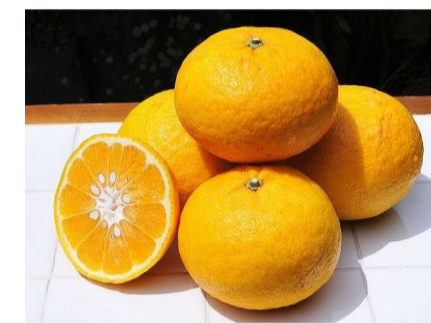
## 粽(ちまき)の由来

粽はどのような経緯で日本で食べられるようになったのか知っていますか？

中国の故事が由来で、もともとは楚国の詩人屈原(くつげん)の死を供養する為のものだったと言われています。

王の側近であった屈原は、民からとても慕われていましたが陰謀により国を追われ、5月5日に川に身を投げてしまいます。屈原の死を嘆いた人々は、命日に米を詰めた竹筒を投じて霊に捧げましたが、河に住む龍に食べられてしまうので、龍が嫌う葉で米を包み、五色の糸で縛ったものを流すようになりました。これが粽の始まりとなり、中国では5月5日に粽を作って災いを除ける風習ができ、端午の節句とともに粽が日本に伝来したのです。

日本へ伝わったのは奈良時代で、平安時代には宮中行事として端午の節句に粽が用いられていたそうです。粽と呼ばれるようになったのは、茅(ちがや)の葉が使われたことによるそうですよ。



5月の旬の食材には、アスパラ・グリンピース・なつみかん・メロン・かつお・アジ等があります。皆さんも良く知っている食材が多いのではないかと思います。

旬のものは旬の時期に食べるのが一番良いとされていますが、それは美味しいからだけではなく、栄養価も一番高いからです。給食でも、季節を感じて頂くために旬の食材を取り入れるよう努めています。旬の食材が食事で出てきた時には、この話を思い出してみてくださいね。

