

親子で体験しよう! 行事食

一年の残り半分の無病息災を祈っていた「水無月」

いにしへの宮中では旧暦六月一日を「水の節句」と言い、氷室から切り出した水を口にして夏バテを防ぐという習わしがありました。けれども庶民はそのような水を味わうことがかなわず、水に見立てた三角のお菓子を食べるようになったのが「水無月」のいわれです。また小豆の赤色(黒とみる説もあり)にも厄除けの力があると考えられています。そんな行事食の水無月をご家庭でも作れるように、川添智未先生に教えてもらいました。

水無月を作ってみよう



① だんご粉・砂糖を量ってボウルに入れ、よく混ぜます。



② 水を3回に分けて加え、ダマがでないように混ぜ合わせます。



③ ②を大きじ2程度取り分けます。残りを牛乳パックに注ぎ、600wの電子レンジで約3分加熱します。



④ ③の表面が固まれば小豆をのせ、取り分けた液を注ぎます。生地の様子を見ながらもう2~3分加熱。



⑤ あら熱がとればぬらした包丁で対角線に切り、周囲にも切りこみを入れます。パックごと水に浸けて取り出します。



完成!

つめたく冷やしてお皿に盛りましょう!!

レンジによって加熱時間は調節しましょう。思ったより簡単ですから、お子さんと一緒に作ってみてくださいね。



京の食文化ミュージアム あじわい館 語り部 川添智未先生

喇酒師・日本酒学講師・野菜ソムリエプロなどの資格を持ち、京都の食文化や産業を主なテーマにするライター。

- だんご粉.....120cc
- 砂糖.....80g
- 水.....約160cc
- 小豆(甘納豆).....適量
- 牛乳パック(容器として使用。高さ5cm程度にカット).....2個

親子で学ぼう! 京の食×年中行事

Vol. 1

京の食と年中行事の深い関わり



「京料理」から家庭的な「おぼんざい」まで、長い歴史のなかで育まれてきた京の食文化。京都独自の食文化と季節を彩る年中行事には、密接な関係があります。「この日にこれを食べる」というおきまり料理や行事食は、美味しくいただくだけでなく、いわれや意味などを理解して次の世代へと受け継いでいくことが大切です。本誌では四回にわたって、季節ごとの年中行事とそれにつながる食をご紹介します。第一回は「京都の夏」。親子で楽しみながら京都の文化を学んでいきましょう。

30	20	15	2~1	1		6月
茅の輪くぐり	夏越の祓・竹伐り会式	紫陽花祭	青葉まつり	京都新能	雷除大祭	水無月
31	25	7				7月
千日詣	土用の丑の日	水まつり	七夕	嵐山鶴飼	祇園祭	文月
24	23~22	16	15	10~7	1	8月
広河原松上げ	久多の花笠踊	六地藏巡り	五山送り火	花骨松上げ	六道まいり	葉月

みなづき 水無月
ういろうの上に小豆のをせ、水に見立てて三角形に切り分けたもの。

ほも 鱧料理
鱧おとしや鱧寿司など。日本三大祭に数えられる祇園祭は「鱧祭」とも呼ばれます。

ささげのおひたし
お盆の精進料理の一つ。長いささげをゆでて切り、ごまおえにします。

ほかにも、京の年中行事は数多くあります。詳しくは「京の年中行事ハンドブック」を見てね!

※新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて変更・中止となる可能性があります。



夏のきもの
夏のきものは裏地がなく「単衣(ひとえ)」と呼ばれます。素材では透け感のある絹・紗・麻で、下着や半袴、足袋まで涼しげな装いにします。また、気軽な普段着としては浴衣も夏ならではのきものです。



ほっそく 八朔
八朔とは「八月朔日(1日)」のこと。花街では芸舞妓さんが黒紋付を着て、舞の師匠やお茶屋へごころの感謝の気持ちをこめてあいさつに回ります。



なごし 夏越の祓
6月と12月の末日には、半年の厄を祓って次の半年を無病息災で過ごせるように祈願する「大祓」の行事が行われます。6月に行われる「大祓」を「夏越の祓」と呼びます。



次回の「親子で学ぼう!京の食×年中行事」は9月の「芋名月」で食べる里芋料理をご紹介します。お楽しみに!

京の年中行事ハンドブック等はWebサイトで! 解説動画も公開中
<https://kyo-tsunagu.net/> 京都をつなぐ 検索