

二十四節気 小寒 1月6日から1月20日

新年明けましておめでとうございます。

北の方のスキー場にはお気の毒ですが、穏やかな日和に恵まれたお正月を迎えることができました。我々高齢者には願ってもないお正月でした。

小寒

芹がすくすく群れ育ってくるころ、寒の入りです。立春までの約一ヶ月が寒の内、一年でいちばん寒い季節が巡って来ました。今年は1月6日から1月20日。

春の七草



1月7日は人日の節句。せりや大根、蕪などの新鮮な若菜を摘んで炊いた七草粥を食べ一年の無病息災を願います。

江戸幕府が式日として決めた節句が5つあって3月3日を上巳の節句（注1）、5月5日を端午の節句、7月7日を七夕、9月9日を重陽の節句、そして1月7日が人日の節句で、人々の間に七草粥を食べる風習は次第に定着してきました。七

草はスーパーなどで売っているのを求めますが、いかにも萎びて元気のない菜っ葉が多ければ冷蔵庫の三つ葉やネギなど新鮮な野菜を代用しても面白いかも。

写真：<http://foodslink.jp/syokuzaihyakka/syun/vegetable/haruno7kusa1.htm> から

（注1）上巳の節句：行事として穢れを川に流すことを行っておりましたが、ちょうど桃の花の咲きそろそろころにあたり、やがて桃の節句に。女子の健康を祈る雛祭りになりました。

季節の花 水仙



白い六枚の花びらの真ん中に黄色い冠を頂いて清楚に咲く水仙は寒い季節の花。越前海岸、淡路島の灘水仙郷などが有名です。しかしどこの庭先にも一株は植えられており爽やかな彩りを添えてくれます。花期は11月から3月。お正月の生け花にも用いられます。

写真：2015-12-13 般若寺

旬の魚貝 かき（11月～3月）



秋から冬にかけてレストランのメニューに「かきフライ」が出てきます。牡蠣の旬は、11月から3月。11月ごろ身がつまり、12月に香りがよくなり、とりわけおいしいのは3月とも。生牡蠣も、土手鍋も、牡蠣フライ、カキ蕎麦、カキおこ、蒸しカキ、ガンガン焼き、どれも美味。

写真：NET から借用

季節の行事 小正月・どんど焼き



1月1日を大正月、15日を小正月といい、旧暦ではちょうど満月を迎えます。新年最初の満月の日に正月を祝っていたのです。本来はこの日までが松の内。15日に片付けた松飾りや書き初めなど、どんど焼きで燃やして年神様を天へ送ります。小正月にはお米と小豆を炊き込んだ小豆粥を食べる慣わしがあって、暮れから正月の間忙しく立ち働いた女性達がやっと一息つけるころ、女正月とも呼ばれます。

詳しくはこちら⇒<http://www.i-nekko.jp/nenchugyoji/oshougatsu/koshougatsu/>

次節気は大寒（1月21日から2月3日）です。