

5 / 14

大安

**旬のもの ユキノシタ**

本州、四国、九州の陰湿地や湿った岩場などに自生する半常緑の多年草です。裏が暗赤色で表が緑のハート型をした葉です。ユキノシタは名前の由来どおり寒さに非常に強く、雪の積もった下でも生じ、日陰でも生じることができます。湿気を好み田舎の井戸端や路地裏の石垣でよく見かけられ、また、庭園にも植えられてきた馴染み深い植物です。腫瘍、火傷、凍傷には葉を火であぶって患部に貼り、小児の百日咳、ひきつけなどには葉のしぼり汁を飲ませ、ウルシカブレには葉を塩で揉んで患部に貼り付け治療してきました。成分は無機物で硝酸カリウムと塩化カルシウムが知られています。食用としては天ぷらにして食べても美味です。

**温度計の日**

水銀温度計を発明し、華氏温度目盛り(°F)に名前を残すドイツの物理学者ファーレンハイト(1686年)の誕生日に基づいて制定しました。華氏温度目盛りは、当時人間が作り出せた最低温度を0度、人間の平均体温を96度とし、その間を等分して得られます。この温度目盛りによると、水が凍る温度は32度、沸騰する温度は212度となります。現在では主にアメリカ・カナダ・イギリスで用いられ、中国でファーレンハイトに「華倫海」の字を当てたことから、「華氏」と呼ばれるようになりました。

**種痘(しゅとう)記念日**

1796(寛政8)年、イギリスの外科医ジェンナーが初めて種痘の接種に成功したことに由来して制定。「天然痘」は世界中で不治の病として恐れられてきた代表的な感染症でしたが、ジェンナーの功績により天然痘による死亡者は劇的に減少し、1980(昭和55)年に世界保健機構(WHO)によって根絶が確認されました。

5 / 15

赤口

**旬のもの アスパラガス**

ユリ科の多年草で、南ヨーロッパからウクライナが原産地です。日本には江戸時代にオランダ人によって伝えられました。主に鑑賞用でしたが、食用としては大正時代に北海道で栽培が始まりました。グリーンとホワイトの差は栽培方法にあり、品種の違いではありません。アスパラはアシの早い(鮮度が落ちやすい)野菜です。ですから美味しく食すためには旬の時期に、直産のものを取り寄せるのがいいのですが、保存するにしても袋に入れたまま穂先を上に向けて冷蔵庫に入れ、2~3日中に食べきるようにしましょう。かつて西洋では、薬用野菜として食されていたアスパラ。特に穂先の部分に多く含まれるアスパラギン酸は、スタミナの強化に効果があり、ドリンク剤にも使われるほどです。またそれは、アスパラ特有の旨みの元でもあります。

**沖縄本土復帰記念日**

1971(昭和46)年6月17日に宇宙中継によって東京都ワシントンで結ばれた「沖縄返還協定」、1972(昭和47)年5月15日午前0時をもって発効し、沖縄の施政権がアメリカから日本に返還され、沖縄県が誕生しました。日本政府側は「本土並み」の復帰を目指しましたが、実際には30以上の米軍基地や爆薬庫、演習場などが残され、その面積は全権の12%にも上りました。

**ヨーグルトの日**

1900年代の初め、ヨーグルトを世界中の人々に紹介し、「健康のために毎日の食卓に欠かせないもの」と主張したロシアのイリア・イリノイッチ・メチニコフの誕生日にちなみ、明治乳業が制定しました。メチニコフは免疫に関する研究でノーベル生理・医学賞を受賞した生物学者です。