

9/19

赤口 火

旬のもの 鯉節(かつおぶし)

カツオの肉を蒸して干し固め、佃付(かびつ)けと日干しを繰り返したもので、なんともいえない香ばしい香りが食欲をそそります。お湯に通すだけで濃いダシがとれる最強のダシの素です。また削って料理にかけて風味を広げるのにも用いられています。

かつおぶしは低カロリー、高タンパクな健康食品で、成人病・カロリー規制のある方・健康に気を使っている方に最適です。カツオの中にはEPAという物質が含まれており、眼精疲労・眼病予防に大変効果のある物質として知られています。

苗字の日

1870(明治3)年、戸籍整理のため、太政官布告により平民(農民や町民)も名字の使用が許された日です。しかし、なかなか平民が名字を使用しなかったため、1875(明治8)年2月13日に全ての国民が名字を使用することが義務付けられました。

子規忌

明治時代を代表する文学者の一人、正岡子規が亡くなった日です。多方面に創作活動を行い、日本の近代文学に多大な影響を及ぼした人物でした。「野球」に関する用語を日本語に訳したのも正岡子規でした。

9/20

先勝 水

旬のもの 鯊(はぜ)

江戸時代から人気の大衆魚で、秋から冬にかけて味わいが増します。

彼岸はぜといわれるように、秋の彼岸の頃になると、はぜが海中一面をおおいつくし釣り人で賑わいます。はしりのはぜからは上品なだしがとれます。はぜを焼いて風干しにした「焼き干し」を使うのが、関東地方の雑煮の最も贅沢なだしとなります。

主成分はタンパク質で、脂肪は魚の中では少ないほうです。つくだ煮にすると骨も食べられ、カルシウムのよい供給源になります。その他、天ぷら、刺身などに調理してもおいしく頂けます。

バスの日

1903(明治36)年9月20日に、京都で日本初のバスが走りました。このことを記念して、日本バス協会が1987(昭和62)年に記念日として制定しました。毎年「バスの日」には全国各地で絵画・作文コンクールなどさまざまな行事が行われています。

お手玉の日

1992(平成4)年のこの日、愛媛県で第1回全国お手玉遊び大会が開催されたことを記念して制定された日です。動物の骨などを使った古代ギリシャの遊びがお手玉の起源とされ、インドや中国を経て、日本にも伝わりました。お手玉の形や素材は異なりますが、世界中で楽しられている遊びの一つです。