

10/29

大安 火

**旬のもの** 焼き芋(やきいも)

寒くなると『石焼芋』が恋しくなります。熱した石で間接的に熱をジワジワと芋に伝えているため、他の調理法に比べ、熱が通るのが遅いのですが、ゆっくり焼かれることにより、芋の成分であるアミラーゼという酵素の働きが活発になり、サツマイモのデンプン質が糖分に変化する効果があります。皮の部分もジックリ焼かれ、そこからピラジンという食欲を増加させる香りが発生することも石焼芋を美味しく感じる秘密です。

**ホームビデオ記念日**

1969（昭和44）年、ソニーと松下電器が同時に家庭用VTR（ビデオテープレコーダー）を発表したことにちなんでホームビデオ愛好家グループが制定しました。現在、VHSはほとんど姿を消し、DVDやブルーレイ、ハードディスクといった次世代の記録メディアが誕生しています。

**第1回宝くじ発売の日**

1945（昭和20）年、終戦直後に政府が戦災復興を目的に「宝くじ」という名前で「政府第1回宝籤」を発売しました。当時は1枚10円で、1等賞金は10万円。戦後のお金より物といった切実な世相を反映して、宝くじに商品として地下足袋・純綿キャラコなどが付き、話題を提供しました。

10/30

赤口 水

**旬のもの** 平目(ひらめ)

ヒラメ科。旬は冬で、夏ごろから次第においしくなり、寒ヒラメは絶品です。養殖ヒラメは死ぬとすぐ身が柔らかくなるので刺身には適しません。

ヒラメもカレイもよく似ています。タイと並ぶ高級魚です。脂肪が少ないために淡白で、イノシン酸、グルタミン酸など遊離アミノ酸がバランスよく含まれているので美味しいのです。

**初恋の日**

1896（明治29）年、島崎藤村が『文学界』46号に『こひぐさ』の一編として初恋の詩を発表しました。それにちなんで、島崎藤村ゆかりの宿である長野県小諸市の中棚荘が制定しました。

**香りの記念日**

1992（平成4）年、石川県七尾市で国民文化祭初の香りのイベントが開催されたことを記念して設けられました。七尾市は、香りを文化として提唱し、生活の中に香りを上手く取り入れ楽しむことを提案しており、積極的に活動しています。