

2/18

友引 水

旬のもの 胡椒(こしょう)

コショウ科。ブドウの房のように果実がなり、未熟の時は緑色ですが熟してくると赤くなります。一般に使われる粒コショウは果実を乾燥させたものです。コショウが日本で一般に使われるようになったのは、17世紀（江戸時代）で、オランダ経由で入荷するようになってからです。現代ではコショウは和食のイメージとは繋がりませんが、江戸時代前半には“うどんの薬味”として流行しました。

嫌煙運動の日

1978（昭和53）年、東京・四谷で「嫌煙権確立をめざす人々の会」の発足集会が開催されました。「嫌煙権」という言葉を、この会の初代代表でコピーライターの中田みどりさんが提唱し、日本でも本格的な嫌煙運動がスタートしました。

エアメールの日

1911（明治44）年のこの日、初めて飛行機によって郵便物が運ばれました。インドのアラハバードで開催された博覧会のアトラクションとして実施されたもので、会場から8km離れたナイニジャンクション駅まで、イギリス人パイロットのアンリ・ペケによって約6,000通の手紙が選ばれ、空の旅をしました。

2/19

先負 木

旬のもの 菠蘿草(ほうれんそう)

アカザ科。旬は冬でビタミンA、C、カルシウムなどを含む緑黄色野菜の王様です。原産地はコーカサス地方で、漢名の菠蘿は中国語でペルシャ（現在のイラン）を指します。ペルシャからシルクロードを経て中国に伝えられた葉菜のことをペルシャの草、すなわち菠蘿草と呼びました。ホウレンソウは、冷涼な気候を好み、耐寒性に強く、暑さに弱い性質をもちます。鉄分、ヨード、カルチンなども豊富で、意外なところでは、良質のたんぱく質も含まれています。欠点はアグ（シュウ酸塩）が強いことです。これを大量に摂取すると、体内でカルシウムと結合して結石ができやすくなり、カルシウムの吸収をさまたげるといわれています。ゆでて食べればアグが抜けます。

天地の日

ポーランド出身の天文学者・コペルニクスが1473年のこの日に誕生したことを記念して、天文愛好家などが記念日として制定しました。コペルニクスは、当時主流だった天動説を覆す地動説を唱え、地動説の創始者とされています。

プロレスの日

1955（昭和30）年のこの日に蔵前国技館で、日本で初めて本格的なプロレスの国際試合が開催されたことにちなんで制定された記念日です。この日は、力道山・木村雅彦組対シャープ兄弟のNWA世界タッグ戦が開催されました。日本プロレス界の父と呼ばれる力道山は当時、絶大な人気を誇っていました。