

3 / 4
仏滅 水

旬のもの 蓬(よもぎ)

全国各地の土手、あぜなどに自生しています。独特の香りがあり、若菜を食べます。ゆでてアク抜き、もち米に混ぜてつくる草もち、だんごに入れたものはヨモギだんご（草だんご）です。

よもぎには邪気を払う力があり、延命効果があるという中国からの伝えもあり、古くからひな祭りや晴の日には草もちが用いられてきました。また端午の節句には、しょうぶの葉とともに風呂に入れたりします。ビタミンA(カロチン)、B1、B2、カルシウム、鉄などを多く含んでいます。草もちのほか、おひたし、汁の実、菜飯にしても香がよく沖縄ではフーチバーと呼び、フーチバージュシー（よもぎと豚肉入り雑炊）、よもぎカステラなどがあります。

ミシンの日

1970（寛政2）年、イギリスのトーマス・セイントが世界で初めてミシンの特許を取得しました。そのミシンの発明200年を記念して日本家庭用ミシン工業会が1990（平成2）年に制定したもので、日付けは、「ミ（3）シ（4）ン」の語呂合わせからです。

三線の日

「さん（3）し（4）ん」の語呂合わせから、沖縄県の琉球放送が制定。別名「蛇味線」とも呼ばれる三線は、三味線の元となったといわれている沖縄の楽器です。沖縄ではこの日の正午から午後8時までの間、ラジオの時報の後に『かじゃでいふう（かぎやで風）』が流れます。この曲は祝いの席では欠かせない沖縄古典音楽の代表曲です。

3 / 5
大安 水

旬のもの 赤キャベツ

葉の表面が、紫色をしています。普通のキャベツより小型で、巻きはしっかりしていて、葉に厚みがあります。葉や軸の内部は白いので、切り口の色のコントラストが鮮やかです。

サラダや酢漬けに向いています。酢漬けにすると、色が一段と鮮やかになります。赤キャベツの色素は、アントシアン系の色素によるものです。また、ビタミンCも多く含み、キャベツやグリーンボールを上回っています。

ミスコンの日

1908(明治41)年、時事新報社が全国から「良家の淑女」を対象に写真を募集し、その審査結果を公表しました。これが日本初のミスコンテストとなりました。1等に選出されたのは小倉市長・末弘直方の四女・ヒロ子で、学習院女子部3年に在学中でした。コンテスト参加は学習院で大問題となり、彼女は退学処分になってしまいました。

サンゴの日

「さん（3）ご（5）」の語呂合わせと珊瑚が3月の誕生石であることから、世界自然保護基金(WWF)が1996（平成8）年に制定しました。珊瑚の保全と育成を目的とし、海の大切さを広く知らせる活動に取り組んでいます。