

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。

3 / 6

赤口 金

**旬のもの** 海松貝(みるがい)

バカガイ科で、旬は冬から春です。緑藻の一種のミルガ、ミル貝の長く太い水管に着生して、まるでミル貝を食べているように見えることから、この名があります。すしネタとして使うのは水管の部分です。上品な甘味があり、きれいな白色で歯ざわりもよく、風味があり、とても美味しい貝です。リンやカリウムなどのミネラルを含み、身体の調子を整えるのに役立ちます。また、精力増強食品の一つでもあります。

**弟の日**

現代に活躍する女性の多くが妹であることを発見した「兄弟姉妹型」の研究で知られる漫画家の畑田国男氏が1992(平成4)年に制定しました。他にも「兄の日」「姉の日」「妹の日」を制定しています。

**スポーツ新聞の日**

1946(昭和21)年のこの日、日本初のスポーツ新聞となる『日刊スポーツ』が創刊。タブロイド判4ページで、1部が50銭でした。最近では、政治や経済などの記事も掲載されるようになりましたが、スポーツ新聞はスポーツ・ゴシップ・芸能・レジャーなど、娯楽関連のニュースを中心に構成されているのが特徴です。