

3 / 16

仏滅 月

旬のもの 鯧(にしん)

ニシン科。旬は春です。春告魚(はるつげうお)と呼ばれ、数の子(にしん)の卵巣です。鯧(にしん)はアイヌ語で「カド」というところから、北海道や東北地方の一部では「かど」と呼びます。また鯛(いわし)に似ているところから「かどいわし」「にしんいわし」の呼び名もあります。脂質が多く、カルシウム、鉄、ビタミンA・B2・D・Eなどが豊富な魚です。

国立公園指定記念日

1934(昭和9)年3月16日、瀬戸内海国立公園、雲仙国立公園、霧島国立公園の3カ所が国立公園に指定され、日本初の国立公園が誕生しました。国立公園は、環境大臣が日本の風景を代表する自然の景勝地を保護し利用の促進を図る目的で指定する自然公園の一つです。

万国赤十字加盟記念日

1886(明治19)年のこの日、日本の博愛社がジュネーブ条約に加盟し、翌年日本赤十字社に改称しました。これは、1864(元治元)年にアンリー・デュナンが提唱したジュネーブ条約によって基礎が作られた万国赤十字同盟の運動を外国で見聞してきた佐野常民らの尽力によるものでした。

3 / 17

大安 火

旬のもの アルファルファ

マメ科。旬はとくになく一年中出回っています。日本名は「紫うまごやし」「糸もやし」とも呼ばれています。主に牧草として栽培されるマメ科の植物で、欧米では『食料の父』とも呼ばれるほど栄養価が高い「食物」です。食べると豆独特の風味が有り、ビタミンC、カリウムなどが含まれ、食物繊維が豊富に含まれています。また、発芽してから1週間ほどで食べられるので、キッチンで簡単に栽培する事ができます。アルファルファには、若返りや体全体をサポートするハーブとして、何世紀にも渡り世界中で利用されてきた長い歴史があります。食欲増進、精力増強、消化促進、不眠症やリラックス効果などがあります。

セント・パトリック・デー

アイルランドの守護聖人セントパトリックの命日で、守護聖人を讃える祝日。この日、アイルランドのシンボルカラーである緑色のものを身につけていると幸せになれると言われていています。日本でもアイルランドをもっと知ってもらおうと、1992(平成4)年からセント・パトリックス・デー・パレードが開催されています。

漫画週刊誌の費

1959(昭和34)年の今日、日本初の少年向けの週刊誌「週刊少年マガジン」「週刊少年サンデー」が発刊されました。創刊号の表紙は、少年サンデーが長嶋茂雄、少年マガジンは3代目朝汐太郎でした。