



子どもたちへ贈る 記憶のレシピ

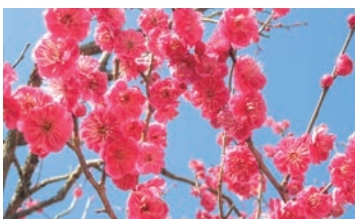
『節分の迎え方』

2月3日は節分です。毎年何気なく迎えている節分。しかし、節分にはとても大切な意味があることをご存じですか？そこで、節分ってなァに？のお話から豆を煎る意味など、ご自宅でも節分を迎えるためのレシピをご伝授します。



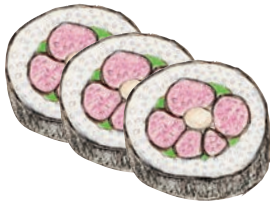
こちらの太巻はオシアスタッフ松井作です(^_^)
ワークショップのためにたくさん練習しましたので結構上手になりました！

-愛情を育む暮らし方- 節目を祝うこと



現在進行形の日々の暮らしを未来で振り返った時、あの時はわからなかったけど、やっといてよかったということは多々あると思います。暮らしは習い事のように、その時はわからなくても、後々、ふとした時に役に立ったり、繋がったり、なるほどーとわかったり。昔から伝えられてきている風習をその時代ごとに合うように取り入れることで、30年後に役立つことがあるでしょう。

ふと巻きまきまき



ワークショップの おさらい

鬼は～外
福は～内



その1 節分とは邪気を払い、無病息災を願う行事

辞書には、「節分」の意味として「季節の変わり目」と書かれているように、季節を分ける日のことを指します。旧暦では、1年を24つの季節に分ける「二十四節気」が用いられていましたが、特に重要な節気である「立春」「立夏」「立秋」「立冬」は、それぞれの季節の始まりの日のこと。たとえば立春は、「今日、この日から春がスタートしますよ」とお知らせする日なのです。いにしえより「季節の変わり目は邪気が入りやすい」と考えられ、また「この時期（2月上旬）はまだ寒く体調を崩しやすい」ことから新年を迎えるにあたって、邪気を祓い清め、一年間の無病息災祈る行事として鬼を払う行事が行われてきました。

その2 豆を煎って悪いものを追い払う！

古来より日本人は、言霊の存在を信じ、言葉と靈力に意味を与え、それを生活のなかに取り入れてきました。豆をまくようになったのは、豆＝魔目（鬼の目）を滅ぼすということに由来されているという説があります。また、豆は五穀（米、麦、ヒエ、アワ、豆）の象徴であり、農耕民族である日本人は、これらに神が宿ると信じてきました。節分に使う豆は、前日に炒って柀に入れ神棚にあげておくのが正式。できればお祓いを行うと、なおよいとされています。基本的には大豆を使用しますが、炒り豆にするのは、後から芽が出てこないようにするため。もしも、芽が出てしまったら「凶事が起こる」などと、昔の人は大層それを恐れたといわれています。また、（鬼の目を）射る＝炒るという語呂合わせからきているという説も。

豆の炒り方

◆フライパンを使う場合

- ①白大豆はかるく洗い、ひと晩水に浸しておく。（1～2時間程度でもOK）
- ②ザルに上げて、水を切る。
- ③フライパンを熱し、白大豆を煎る。はじめは強火で、絶えずフライパンを揺する。パチッと音がしだしたら弱火にし、焦げないようにフライパンを揺すりながら15分ほど煎る。
- ④お皿にあげて、冷ます。（冷めると少し固くなります）

◆オーブンを使う場合

- ①白大豆はかるく洗い、ひと晩水に浸しておく。（1～2時間程度でもOK）
- ②ザルに上げて、水を切る。
- ③オーブンの天板にクッキングシートをして大豆を並べ、予熱なしの190℃のオーブンで10分焼く。一旦取り出して、まんべんなく熱が加わるように大豆をころがす。
- ④温度を160℃に下げて30分焼く。また取り出して大豆をころがす。
- ⑤さらに160℃で20分焼いたら、天板から取り出して、冷ます。

その3 新しい季節を感じる食卓を

節分といえば豆まきですが、近年は恵方巻を食べる習慣も一般化してきました。その起源は諸説ありますが、いずれも近代に入ってから始まったことです。「恵方」とは陰陽道で、その年の福德を司る年神様がおる方向を示し、その恵方に向かって事を行えば、「何ごととも吉」とされました。節分に合わせて「梅の花の太巻」はいかがでしょうか。旬な季節を感じる彩り鮮やかな食卓の風景は嬉しい記憶として心に残っていきます。古くから伝えられてきた節目の行事についてご家庭ごとの祝い方を考えてみるのも楽しいですね。



参考にした図書▶

「四季の飾り太巻き・しみじみかわいい七十二候の読みものと飾り」
ワタナベマキ/誠文堂新光社



子どもたちへ贈る 記憶のレシピ とは？

「記憶のレシピ」とは子どもたちへ伝えていきたい暮らしにまつわることを、まずは「体験」「経験」してお伝えするWSイベントです。記憶の家のキッチンはまだ実験室のよう。ちょっとやってみたかったことにチャレンジできて、散らかし汚しながら覚えていく時間を大切に考えます。その経験は、ものや環境に対する愛情を育み、いつか誰かの役に立つ力になります。ここでお伝えしたレシピが参加した子どもたちの未来の暮らしで役に立つものとなるように、と願いが込められたイベントです。