

## 冬至とかぼちゃ・ゆず

冬至とうじは、二十四節気せつきのひとつです。この時期は、農閑期に入っていて、いわゆる冬枯れがはじまっています。一年で、もつとも日が短くなるのが冬至。やがて訪れる春の息吹の再生を願っての行事でもあります。冬至には、冬至粥がゆや冬至南瓜かぼちゃ、冬至蒟蒻こんにゃくなどを食します。冬至粥の代表は、小豆粥あずき。古くから、小豆の赤色は邪気悪霊を払う、とされました。また、かぼちゃには、生命力の大きい豊穰の意味があります。冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない、ともいわれました。ちなみに、かぼちゃは「南瓜なんきん」とも呼ばれますが、冬至に「ん」のつくものを食べると「運」が呼びこめるといわれ、他にも、にんじん・だいこん・れんこん・ぎんなん・きんかんなどが「運盛り」といって縁起をかついで食されたものです。

こんにやくは、からだの内を清める働きがあるといわれます。こんにやくを「胃のほうき」とか「腸の砂おろし」とも呼びました。冬至にゆず湯に入るとは、季節の節日ごとの禊ぎ祓いの意味があります。この時季が「旬」のゆずは、香りも強く、その強い香りが邪気悪霊を払い精気をつなぐ、とされたのです。ゆず湯は、現代でもみられる行事ですが、子どもたちにこのい、わ、れ、を伝えることが大事な時代、といえるでしょう。もっとも、温湯で禊ぎ祓いをするようになったのは、風呂が発達してからのちのこと。本来は、水垢離みずごりをとるべきところを肌寒い時季でもあり、風呂の湯浴みですませるようになったのです。薬湯としてのゆずに意味があるように思われがちですが、本意はあくまでも清らかな「水」にあるとしなくてはなりません。

そして、湯浴みが広まったところで、旬の時季の精気を象徴するゆずを湯に加えるよう

になりました。江戸で銭湯せんとうの発達とともにゆ  
ず湯が広まった、ともいわれます。  
ゆずは、ほぼ日本原産といってもよい柑橘  
類として今日まで伝えられてきました。ゆず  
酒にゆず味噌、ゆず胡椒こししょうなど、日本の味も大  
事に伝えていきましたよう。