



おはぎとぼた餅のお話し

お彼岸に食べる「おはぎ」「ぼた餅」はどちらも小豆で炊いたあんこで、もち米を包んだ和菓子ですが、小豆は邪気を払う効果があると信じられていたため先祖の供養と無病息災を祈るという意味でお供えをしたのが始まりとされています。ではなぜ2つの呼び名があるのでしょうか？地域の違い？

「おはぎ」「ぼた餅」の違いは季節にあり

春と秋に迎えるお彼岸。それぞれ春分の日と秋分の日を中日として、前後3日間(合せて7日間)がお彼岸の期間となります。一般的には春のお彼岸には「ぼた餅」、秋のお彼岸には「おはぎ」が食べられます。その違いは実は作られる季節にあるのです。

春のお彼岸に食べられている「ぼた餅」の由来は「牡丹餅」。春のお彼岸の頃は牡丹の花が咲く時期で、その時期に食べられることからこう呼ばれ始めました。牡丹は女性の血を調える漢方として古くから知られていたこと、また華やかな縁起のいい花に見立てることで、魔除けや病除けを期待するという心の表れでもあったと考えられます。



一方、秋のお彼岸に食べられている「おはぎ」の由来は「お萩」です。おはぎに使用する粒あんを秋に咲く萩の花に見立て、こう呼ばれるようになりました。萩の花も牡丹の花と同じく、濃いピンク色をしています。かつて赤色は魔よけの色とされていたため、魔を祓う効果を求めたのでしょう。ちなみに萩は秋の七草の一つでもあります。春の七草はかつてより食用として食べられていますが、秋の七草は食用ではなく、主に婦人病にきく漢方の生薬として使われていました。また「萩すだれ」という言葉があるように、萩はすだれ状に垣根を覆います。そうした漢方としての効果や趣きを含めて、牡丹同様に魔除け、病除けとしてお祀りしたとも考えられています。

こしあんかつぶあんがあるのはなぜ？

小豆は秋頃に収穫されるため「おはぎ」は収穫してすぐの小豆を使って作られます。収穫したての小豆は香りもよく、皮も柔らかいので、粒をいかして粒あんで食べるのです。

一方、春は貯蔵していた小豆を使用して「ぼた餅」を作るため、古くなった小豆の硬い皮を取り除き、あんこのみにして調理します。そのため「ぼた餅」には、こしあんが使用されるのが基本です。調理方法を変えることで春と秋の異なる豆の風味や食感を楽しみ、また季節ごとの食べ方を愛することで、季節の移り変わりや故人が亡くなった時期を思い出すなど、食べ物を通じて記憶がよみがえるのを楽しんでいたというわけです。

コンクス・STAFF

今月のつ・ぶ・や・き

突然ですが、皆様の中で、猫背解消のために矯正してもすぐ元に戻る方はいませんか？

その人はもしかしたら筋トレ不足かもしれません。筋トレでは背中だけでなく胸の筋肉も一緒に鍛えましょう！前(胸)と後ろ(背中)のバランスが猫背解消の秘訣です。



設計 市来 明



Ameba®

スタッフブログ
更新中



コンクスLINE公式

お友達登録
お待ちしております

