

こよみ  
妙高の暦を学んで…

妙 平成 26 年度版 妙高歳時記カレンダー

# 始めよう！ごつつお生活👍



○豆まき ○麴～甘酒づくりなど ○山菜料理 ○ジビエ食べ納め？

## 2月◎ 如月 きさらぎ

「まだ寒いので「衣更着」。八月に雁が来て、更に燕が来る頃であるから「来更来(きさらぎ)」など..

### しょうのみ作ろう！

しょうのみ、しょうの実、醤油の実、しょうのみ・・同じ。いわゆる『もろみ』



妙高市太田醸造

新潟、山形、長野のあたりで食べられる郷土料理。

(妙高市上小沢のかたの作り方)

- ①大豆 1 升を炒って石臼でひく。水につけ、皮をとる。
- ②水でもどったらよく煮る。
- ③水気を切って人肌に冷まし、麴をかけて発酵させる。
- ④煮汁に塩を入れ煮て、冷めたら 3 と合わせて出来上がり。

○2月3日 節分…(厄よけ、邪気よけ) 豆まき・柊鮒(ひいらぎいわし)・丸かぶり寿司

●2月4日 立春(八節・二十四節気) 東風解凍(はるかぜこおりをとく・七十二候)

○2月9日 黄鶯見睨(うぐいすなく・七十二候)

○2月14日 魚上氷(うおこおりをのぼる)・バレンタイン

○2月16日 禁猟開始(11月15日～2月15日が猟の時期)

●2月19日 雨水(二十四節気)・土脉潤起(つちのしょううるおいおこる・七十二候)

○1月25日 霞始謎(かすみはじめてたなびく・七十二候)

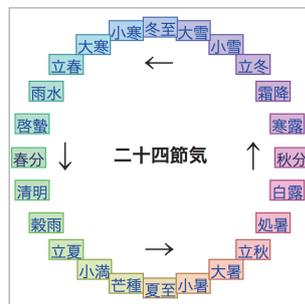
### 節分は年に4回ある

四立(しりつ)、立春、立夏、立秋、立冬の前日を季節の変わり目の日ということで「節分」としているが、特に立春の前日を指すのが一般的。また2月4日の立春は太陽の軌道計算によって変わることがある。

柊鮒 柊鮒(ひいらぎいわし)は、節分に魔除けとして使われる、柊の小枝と焼いた鮒の頭、あるいはそれを門口に挿したものの。西日本では、やいかがし(焼嗅)、やっかがし、やいくさし、やきさし、ともいう。



恵方巻(えほうまき)とは、節分に食べると縁起が良いとされている「太巻き(巻き寿司)」、および、大阪地方を中心として行われているその太巻きを食べる習慣。「丸かぶり寿司」が昔からの呼び名で、「恵方巻」は1998年にセブン-イレブンが命名した。



### 『妙高の暦を学んで…始めよう!ごつつお生活』

「日本の節句や行事食」「地域の伝承料理」には、季節に穫れる材料の活かし方や楽しい暮らしのヒントが満載。妙高の風土を活かした保存食作りや行事食から、自分流の「四季の暮らしの楽しみ方」を見つけてみましょう。『始めよう!ごつつお生活』は、魅力あふれる地域の食文化を暦をめくるように学ぶ、おいしい暮らしのセミナーです。



水と新学園  
THE MIZU TO MAKI CAMPUS



「妙高歳時記カレンダー」は、水と新学園「妙高ミュージアム」で制作しています。水と新学園では各種受講者を募集中!  
<http://mmc.artnais.net> (村越まで)  
妙高市楡島 ☎ 0255-75-3941