

HEALTHFUL TOWN IWAMI

毎月19日はしょくいく（食育）の日です。



節分は まめ(魔目)・まめ(豆)・まめ(魔滅)

2月3日は節分。皆さんのうちでは豆まきされますか？

でも、どうして豆をまくのでしょうか？不思議に思ったことないですか？

節分は、一年の無事を祈り、災いを追い払う日です。災いは鬼(魔物)と表され、鬼の目(魔目:まめ)に、豆(まめ)を投げることで、その痛さから魔が滅する(魔滅:まめ)。豆には魔よけの力があると信じられていたようです。

「まめ・まめ・まめ」節分の豆まきには、家族の健康を願う深い思いが込められていて、昔から大切に受け継がれてきた行事なのですね。そういえば、私の家では「早く家に帰って来ないと豆をまかれて鬼になる」と言います。皆さんのうちではどうですか？

今回は、節分に関連して、煎り大豆を使ったごはんを紹介します。

おまけの質問!

節分にまく大豆は、なぜ煎ってあるのでしょうか？(答えは下に)

■ 節分の豆ごはん ■

【4人分】

お米	200 g
水	300ml
昆布	4 cm角
煎り大豆	40 g
ちりめんじゃこ	20 g
砂糖	小さじ2
しょう油	小さじ2

【作り方】

お米は洗い、分量の水にしばらく浸けておく。

【 】に【煎り大豆・ちりめんじゃこ】を加え、【 】で味付けをし、昆布をのせて普通に炊く。

炊きあがったら、しばらく蒸らす。

昆布は取り出してせん切りにし、加え混ぜる。

煎り大豆が無い場合は、乾燥大豆を殻がやぶれるくらいまで乾煎りする。

節分の豆まき大豆は、なぜ煎ってあるのでしょうか？
豆まきの後、拾い残した豆から芽が出てくると災いが起こる(出てくるといふ風に思われていたため、芽が出ないように大豆を煎って使ったといわれています。昔の家は土間があったことから、このように思われたようです。また、煎ることで豆が硬くなり、災いを追い払う力が強くなる等、その他にもいろいろないわれがあるようです。煎ってあるのは豆まきの後においしく食べるためではないようですが、煎り大豆って香ばしくておいしいですね。

人権学習 シリーズ 70

【勇気をもらおう】

去る10月25日～26日に広島県福山市で開催された部落解放研究全国集会に参加しました。開催地が遠距離のため、大会前日の24日(土)に出発しました。

この時期、集落や地区の役が重なって仕事に追われっぱなしの状態であり、大会に参加する3日間の予定の仕事を何とか事前に済ませて大会に参加しました。心の隅には「こんなことで役目が務まるのかな」という不安や「早く役目を終わって楽になりたい」という思いがありました。

大会で特に心に残ったのは、養蜂業を営む埋橋幸広さんの詩です。

「あー！」とか「わー！」とか言っている間に人生は終わってしまいそう。余計なことをしてい

る暇なんかない。仕事も遊びも何だって前進あるのみ。楽しんだ者勝ち。

したいことが山のようにあり、毎日が楽しくて仕方ない。

私が部落出身であるかどうかなんて、この星で遊ぶにおいて、小さな小さなことなんです。

(一部略)・・・熱い解放運動の末、解放へと導いてくれた親やその仲間たちに感謝します。

私は本当に解放され生きています。

この詩に出会って、私の心は急に明るくなりました。集落の仕事も地区の仕事も多ければ多いほど集落や地区の人たちに役立つという考えが沸いてきました。そう考えると自分の任されている仕事を楽しいと思えてきました。

本当に良い詩に出会えたと思います、仕事で苦しくなったら、またこの詩を読んで勇気をもらいます。

(人権教育推進員)