

第73号

平清盛

今年の大河ドラマの主人公は『平清盛』。平清盛が主人公の大河ドラマは、40年前の1972年『新・平家物語』以来だそうです。

「平家にあらずんばひとにあらず」など、『平家物語』の悪虐、非道、非情などの描写から、平清盛は、成り上がりものの暴君で放漫な人物だというイメージがすっかり定着していますが、調べてみると、実は温厚で情け深い性格だったとも言われています。



- 誰かがとんでもない不都合な振る舞いをして、冗談だと思おうようにした。
- 誤りをおかしても、役立たずと声を荒げることは無い
- 冬の寒い時に身边に奉仕する従者を自分の衣の裾のほうに寝かせ、彼らが朝寝坊をしていたら、そっと床から抜け出して存分にねかせてやった
- 身分の低いものでも、彼の家族や知り合いの知っている前では一人前の人物として扱ったなどのエピソードが、鎌倉時代の説話集『十訓抄』などに残っているそうです。

また、それまでの貴族社会での慣習や迷信を無視する合理主義者、現実主義者でもあって、例えば、僧侶が祈祷して雨を降らせても、偶然に過ぎない、と言ったり、橋や建物を作るときに工事の無事を祈って埋められた「人柱」を廃止して、その代わりに石を使うことにしたのも清盛だと伝えられています。悪者のようなイメージは、鎌倉時代以降、作られたものなのかもしれません。

大変魅力的で人望のあった清盛は、一族郎党を自分の屋敷内に住ませ、働きの良いものには、平等に褒美を与えて、地位も上げてやりました。

やがて武士の頂点に立ち朝廷にも影響力を持つようになった清盛ですが、目を向けていたのは、宋（中国）との貿易でした。人々が豊かになるためには、争いでも出世でもなく、交易であると考えたのです。

そのために現在の神戸港（大輪田泊＝おおわだのとまり）を整備したり、海に浮かぶ巖島神社を造営したり、瀬戸内海の内海をさかんにするために音戸の瀬戸（おんどのせと）を切り開いたりしました。

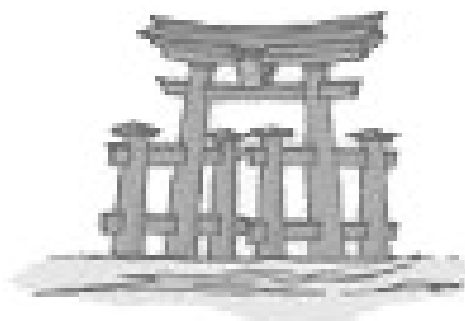
そんな清盛ですが、権力を持つにつれて、武士であるにもかかわらず、貴族化していきました。それに危機感を感じた朝廷の貴族たちが清盛を追い落としにかかるといわれます。自身は熱病に冒され、この世を去りました。

そして、清盛の死後平家は滅亡しました。

清盛の人生は、波乱に満ちたものでしたが、行き詰まっていた貴族政治から、武士の時代へと、新しい時代を切り開くことになったのは事実です。

さて、大河ドラマ『平清盛』。初回視聴率はいまひとつだったようですが、これからの展開が楽しみです。

新しい清盛像を描きだし、大きく変化する時代の、勢いのあるドラマになりますかどうか。



厄年

健康あらかると

そもそも厄年とは、陰陽道の考えに基づいて平安時代に貴族の間で広がったものだそうです。鎌倉時代になり武家でも厄年の考えが広まり、それが室町時代以降に民間にも浸透するようになったのだとか。厄年は今では、ネガティブに「災難が降りかかる年」という考えのほうが浸透してしまっていますが、本来は「お祝いの年」でもありました。

「厄年」は、昔は「役年」とも書かれ、社会や神事においても重要な役を担う年回りであるともされ、大切なお役目のために、心身を清浄に保ちしっかり準備をする神聖な年であったわけです。



一般に本厄が、男性は数え年で25歳、42歳、61歳、女性は19歳、33歳、37歳とされています。それぞれ前後1年間に前厄と後厄の期間があり、本厄の年と同じように注意をするべきだとされています。特に男性の42歳と女性の33歳は大厄と呼ばれ、凶事や災難に遭う率が高いとされているようです。

厄年は、特に根拠はなく、この年齢だから特に病気になったり事故にあったりすることが多いという統計もありません。単なる迷信だとも言う人もいます。また、年齢の42歳は「しに」、33歳は「さんざん」の語呂合わせからきているという説もあるようです。

しかし、厄年は、ちょうど体の変調や社会的な立場などに変化が起きる時期と重なります。男性の42歳は働き盛りで、社会的にも責任が重くなり、精神的・肉体的に疲労などが多くなり無理をしやすい時期ですし、女性の33歳は一般に子育てや主婦として非常に多忙な時期です。

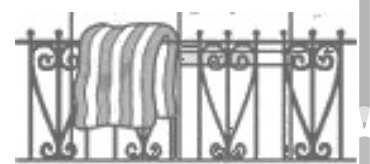
また、体力の衰えを感じたり、自分の両親も病気をしたりすることが多くなり始める時期でもあります。

悪いことが起きるかもしれないと気に病んで恐れるのではなく、心身や社会的な役割などが変化しやすい年齢であると考えて、厄年を機会に、自分の健康状態をチェックしてみたり、生活習慣や食生活を見直す良い機会だと考えてはいかがでしょうか。それに加えて、気になる方は、厄払いをすると良いでしょう。



析木弁講座

～さる ～らさる



動詞の語尾に「～さる」「～らさる」をつけると、可能・受身を表す「～れる」「～られる」の意味になります。

駅まで何分で行かさっかなあ (=駅まで何分で行けるかなあ)

このボールペン、もう書かさんない。 (=このボールペン、もう書けない)

ベランダに布団が干ささってる。 (=ベランダに布団が干されている)



かんたんレシピ ー味噌を使ってー

塩こうじ

今回は話題の塩こうじの作り方です。完成した塩こうじは、冷蔵庫で半年くらい保存できます。

■材料■

(作りやすい量)

| | |
|---------|--------|
| 米こうじ | 200g |
| 塩 | 60g |
| 水(湯冷まし) | 200cc~ |

保存容器
タッパーなど
金属製の物は使わないで
下さい

■作り方■

- [1] こうじをボウルにいれパラパラになるまでほぐす
- [2] 塩を加えこうじによくなじむように手でムラなく混ぜる
- [3] 水を注いでゴムベラなどでよく混ぜて塩を溶かす
- [4] タッパーなどに移して軽くフタをする。翌日、こうじの水の吸い具合で、ひたひたになるくらいまで水を足す
- [5] 室温において、期間は夏は1週間程度、冬で10日~2週間寝かせる。寝かせている間は、一日一回かき混ぜる。
- [5] 口に含んでみて、甘い濃厚な香りがしこうじの粒に芯やかたさが無くなっておかゆのような状態になり、塩角が取れてまろやかになったら出来上がり。

わんぼ計



犬用の歩数計“わんぼ計”が、愛犬家の間で売れているそうです。運動量を測る機能の他、LEDライトや温度計もついていて、夜間や夏場の散歩にも便利です。カラーは6色あり、一つ3,675円。

センサーの感度の“高・中・低”で設定できるので、どんな種類の犬にも対応できます。(設定を変えれば人間も使えるそうです。)

上下左右どの方向の動きも細かく感知して運動量を測ります。また、7日間の運動量を記録することができ、その平均値を出すこともできます。

女性愛犬家を中心に人気で、一人暮らしの飼い主が、留守中の愛犬の運動量を把握するために購入するケースが多いようです。ペット用品店やホームセンターで販売しています。



野菜のはなし

ふきのとう



ふきのとうは日本原産の山菜で全国の山野に自生しています。ふきのとうはつぼみの部分にあたり、この花が咲いた後に地下茎から伸びてくる葉が「ふき」です。春のおとづれを感じる、日本料理には欠かせない食材です。

古くから食用に利用されてきており、独特な芳香と、苦味を、香辛料として使用したり、早春の食材として、てんぷら、和え物に、広く利用されています。

天然物が芽を出すのは1月~4月頃ですがハウス物は12月から出回ります。

天ぷらや和え物が一般的ですが大変美味しい食べ方です。

栄養成分は、カリウムを豊富に含んでいるので、ナトリウム(塩分)を排泄する役割があり、高血圧に効果があります。また、足などのむくみをとる作用もあるそうです

独特の苦み成分はアルカロイドとケンフェールという物質です。

アルカロイドは肝機能を強化し、新陳代謝を促進します。また、ケンフェールは活性酸素などの発ガン物質を抑制する効果があります。

また、香りの成分はフキノリドで、胃腸の働きを良くする健胃効果があると言われています。

ひといごと



「大人になった時、大河ドラマを見て、大まかで良いからその時代の流れとか時代背景とか、覚えてい
る人であってほしい、と思って教えている」と、高校のときの日本史の先生がおっしゃっていました。
確かに、日本史の授業を受けてから〇〇年も経ってしまうと、言葉や人の名前は覚えているけど…？
今年は、平清盛をきっかけに平安時代を勉強？してみようかな。

今回記事にしましたが、「塩こうじ」が、脚光をあびていますね。昔から東北地方を中心に使われてきた
調味料だそうです。

とべやでも去年の暮れから試作して、少しずつですが、店頭でも販売しています。

塩こうじでありあわせの野菜の漬物を作り、味噌教室に参加されたお客様に食べていただいたところ
大好評でした。

塩こうじは、塩や醤油の代わりにどんな料理にも使えます。野菜を漬けるのはもちろん、お肉やお魚は
ふっくらとおいしくなります。塩こうじスープは、ダシやコンソメなど入れなくても、それだけでおいし
い。鍋物や焼肉のタレにも良いし、味付けがちょっと薄かったーなんていう失敗煮物も、食卓でちょっと
塩こうじを足せば、かえっておいしくなります。まさに魔法の調味料です！

おいしいし、体にも良い塩こうじ。我が家では欠かせない調味料になりそうです。

とべやの味噌作り教室は、好評開催中！

限定開催の黒豆味噌教室、3月24日(土)午後に決まりました。

この機会にぜひご参加下さい。

24. 1. 21 

発行人

漬物・佃煮・味噌・納豆

 とべや / 戸辺食品工業株式会社

戸邊 郁恵

〒324-0058

栃木県大田原市紫塚4-3944

電話 0287-23-1221

FAX 0287-23-1231

URL <http://tobeya.co.jp/>

e-mail shopmaster@tobeya.co.jp



『にこにこ通信』は、いつも **とべや** にご
来店・ご利用頂いているお客様、**戸辺食品**
の通信販売をご利用頂いているお客様方
にお届けしています。

お客様とのコミュニケーションを目的に、
月1回を目標に発行しているものです。

ご意見・感想などありましたら、何でも左記
へお寄せ下さい。お待ちしております。(^^)