

# 親子で体験しよう! 行事食

# 親子で学ぼう! 京の食×年中行事 Vol. 3

京の食と  
年中行事の  
深い関わり



長い歴史に育まれて発展してきた京の食文化は、季節を彩る年中行事と深い関係があります。「この日にこれを食べる」というおきまり料理や行事食を美味しくいただくながら、そのいわれや意味を次世代へと受け継ぎたいのもです。本誌では季節ごとの年中行事と、関連する食を紹介してきましたが、とりわけ年末年始には行事がたくさんあります。第三回目のテーマは「京都の冬」。おなじみの行事にもいわれがあることを改めて学び、親子で楽しみましょう。

大鍋から立ちのぼる湯気もごちそう  
京の冬の風物詩  
大根焼きを家庭でも  
お寺の境内に置かれた大鍋から、もうもうと上がる温かな湯気。大根焼きは、京に冬の到来を告げてくれる行事です。大根焼きの風習は鎌倉時代から始まったようで、古くから風邪や中風除け、魔除けのご利益があるとされています。お寺だけでなく大根はありがたいものですが、シンプルな料理なので、家庭でも簡単に作ることができます。みずみずしく太った旬の大根を使い、季節を感じて体も心も温まる「大根の炊いたん」。その作り方を、川添智未先生に教えてもらいました。

## 大根の炊いたんを作ってみよう



大根は3cm位の輪切りにして皮をむき、角を面取ります。油揚げは食べやすい大きさに切ります。



鍋に①の大根を入れ、米のとぎ汁を注いで大根がやわらかくなるまで茹でます(約30分)。



②をザルにあげて水洗いします。油揚げと一緒に鍋に入れ、だし汁と調味料を注ぎます。



中火で約30分煮ます。火を止めていったん冷ますと、大根に味がよくしみみます。



むいた大根の皮は刻んで、きんぴら・酢醤油漬け・かつお梅えなどにすると美味しいもう一品になります。



完成!

京野菜・聖護院だいこんなら下茹でや面取りなしでOK! お子さんと一緒に作ってみてくださいね。

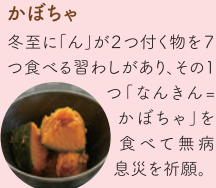


京の食文化ミュージアム  
あじわい館 語り部  
川添智未先生

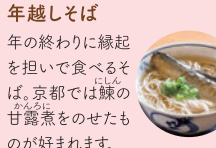
喇酒師・日本酒学講師・野菜ソムリエプロなどの資格を持ち、京都の食文化や産業を主なテーマにするライター。

- 4人分
- ・大根(1kg程度).....1本
  - ・油揚げ(京あげ).....1枚
  - ・だし汁.....600ml
  - ・塩.....小さじ1
  - ・みりん.....大きじ2
  - ・淡口醤油.....大きじ1
  - ・米のとぎ汁.....適量
- ※米のとぎ汁がなければ米か糠を大きじ2加えてください。

温め直して器に盛り、熱々を召し上がれ。刻んだ柚子皮や七味唐辛子をふるとさらに風味が増します。



かぼちゃ  
冬至に「ん」が2つ付く物を7つ食べる習わしがあり、その一つ「なんきん=かぼちゃ」を食べて無病息災を祈願。



年越しそば  
年の終わりに縁起を担いで食べるそば。京都では鱈の甘露煮をのせたまのが好まれます。



お雑煮  
京の雑煮は白味噌仕立てで、ゆでた丸餅と里芋、大根などが入ります。

ほかに、京の年中行事は数多くあります。詳しくはwebサイトを見てね!

31	25	23	21	20	13	10~7	上旬	12月
除夜の鐘 (各所)	大みそか (八坂神社)	かぼちゃ供養 (矢田寺)	終い弘法 (東寺)	御煤払 (西本願寺・東本願寺)	正月事始め (お寺はいろいろ)	大根焼き (大本願寺)	興行 (南座)	師走
25	21	15頃	14	12~8	7	2	1	1月
初天神 (東寺)	初弘法 (北野天満宮)	楊枝のお加持 大徳の大会 (三十三間堂)	日野裸踊 (法興寺)	十日多比す大祭 (北野天満宮)	若菜祭 (各所)	書初め・筆始め祭 (北野天満宮)	元旦	睦月
25	24	23	初日	11	9	8	4~2	2月
梅花祭 (北野天満宮)	上賀茂さんやれ (醍醐寺)	五大力尊仁王会 (醍醐寺)	初午大祭 (伏見稻荷大社)	七草粥の日 (城福寺)	(小山の山の神) (山科区小山地域)	針供養法要 (各所)	節分祭 追儺式 (各所)	如月

※新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて変更・中止となる可能性があります。※開催日が異なる年がありますので、各主催団体のホームページをご確認ください。



ふりそで  
振袖  
成人を迎える女性のハレ着で、若い女性がお正月や結婚式にも着るきもの。



おぼけ  
節分の夜に芸舞妓さんが趣向を凝らして歌舞伎の登場人物や動物などに扮装して、街中やお座敷を巡る厄除け行事です。



しま  
終い縁日  
東寺で21日に行われる弘法さんの縁日の市や北野天満宮で25日に行われる天神さんの縁日の市など。12月には露店に迎春用品が並び、ひとさわ賑わっています。また1月の初縁日も賑わいます。

次回の「親子で学ぼう!京の食×年中行事」は3月の行事食「ばら寿司」をご紹介します。お楽しみに!

京の食と年中行事について学べるwebサイトはコチラ! 解説動画も公開中!  
<https://kyo-tsunagu.net/oyako/> 京都をつなぐ 検索



令和3年度文化庁 伝統文化親子教室事業 [企画・監修] 京都市文化市民局文化芸術都市推進室文化財保護課