



2023年の干支

「癸卯(みずのと・う)」

2023年の干支は「癸卯(みずのと・う)」年です。癸卯は、十干の10番目にあたる癸(みずのと)と、十二支の4番目にあたる卯(う)で、十干十二支では40番目にあたる組み合わせです。これまでの努力が実を結び、勢いよく成長し飛躍するような年になると考えられます。

癸卯(みずのと・う)

十干の「癸(みずのと)」と十二支の「卯(う)」の組み合わせです。十干(じっかん)は「甲(きのえ)・乙(きのと)・丙(ひのえ)・丁(ひのと)・戊(つちのえ)・己(つちのと)・庚(かのえ)・辛(かのと)・壬(みずのえ)・癸(みずのと)」となり、十二支は「子(ね)・丑(うし)・寅(とら)・卯(う)・辰(たつ)・巳(み)・午(うま)・未(ひつじ)・申(さる)・酉(とり)・戌(いぬ)・亥(い)となります。卯年は、十二支の4番目にあたり、動物「うさぎ」に対応します。

＜癸(みずのと)の意味＞

「癸」は雨や露、霧など、静かで温かい大地を潤す恵みの水を表しています。十干の最後にあたる癸は、生命の終わりを意味するとともに、次の新たな生命が成長し始めている状態を意味しています。

＜卯(う)の意味＞

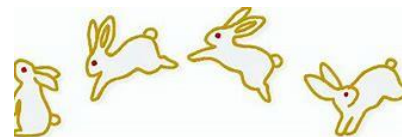
「卯」は穏やかなうさぎの様子から安全、温和の意味があります。また、うさぎのように跳ね上がるという意味があり、卯年は何かを開始するのに縁起がよく、希望があふれ、景気回復、好転するよい年になると言われています。

＜干支でいう意味＞

十二支や十干は数や方角だけでなく、それぞれ独自の意味を持っています。「癸」は、物事の終わり始まりを意味する他、「揆(はかる)」という文字の一部であることから「種子が計ることができるほどの大きさになり、春の間近でつぼみが花開く直前である」という意味だと言われています。「卯」はもともと「茂」という字が由来といわれ「春の訪れを感じる」という意味、また、「卯」という字の形が「門が開いている様子」を連想させることから「冬の門が開き、飛び出る」という意味があると言われています。この2つの組み合わせである癸卯には、「これまでの努力が花開き、実り始めること」といった縁起のよさを表しているといえそうです。

卯年は景気が良くなる？

株式相場では、【辰巳天井、午尻下がり、未辛抱、申酉騒ぐ、戌は笑い、亥固まる、子は繁栄、丑はつまずき、寅千里を走り、卯は跳ねる。】という格言があります。卯年については兎は跳ねる特徴があるため、景気が上向いたり、回復すると言われています。そのため、株式市場にとっては相性の良い年回りとして知られているようです。



卯年生まれの人々の基本的な性格と特徴

卯年生まれの人々の基本的な性格としてよく取り上げられるのが、もの静かで行儀がよく、上品で繊細なところ。一般的に静かで落ち着いた生活を好む傾向があります。対人関係においては、争いごとを好まない平和主義者なので、周りの意見を上手く調停する聞き上手な人が多く、年上の人に可愛がってもらえる愛嬌があります。

しかしその反面、自分のことを誰よりも一番大事にし、自分に危険が生じることを避ける傾向があるので、良くも悪くも保身的と言えます。表面的には親身になって人の相談や悩み事は聞きますが、その責任はとりたくないという一面もあります。

また、もの静かで繊細な特徴は、ともすれば自分の殻に閉じこもりがちで内向的な面もあり、精神的に傷つきやすいという脆さも持っています。ですので、表面的には器用に人付き合いをこなしますが、自身の傷つきやすさや繊細さから他人と深く付き合うことを避ける傾向もあると言えるでしょう。

ウサギに関わる神社

ウサギに関わる神社は全国に数多くあります。神社には狛犬がならんでいることはよくありますが、なんとウサギも存在することはご存知でしょうか。ウサギに関わる神社は恋愛成就や縁結び、子宝のご利益があると言われており、女性にも非常に人気があります。一部ご紹介します。

＜京都 岡崎神社＞



＜埼玉 調神社(つきじんじゃ)＞



＜滋賀 三尾神社＞



＜石川 月うさぎ神社＞



日本にも古くからウサギが生息しており、伝説や童謡の題材となっています。日本固有種には、本州・四国・九州に広く分布するニホン・ノウサギ、北海道に生息するエゾユキウサギとエゾナキウサギ、奄美大島と徳之島にのみ生息するアマミノクロウサギがいます。特にアマミノクロウサギは世界で現存するウサギ科の中でも最も原始的なタイプで、「生きた化石」とも呼ばれています。

一番有名な神話 「因幡の白うさぎ」

サメをだました仕返しに毛皮を剥がれた上に、海の水で身体を洗って痛がる白うさぎに、大国主命(おおくにぬしのみこと)がガマの花の上に転がるように教え、傷が癒された — 小学校の国語の教科書にも採用されている「いなばの白うさぎ」は古事記に収録されている物語です。日本神話の中でも、最もよく知られているものの一つです。「因幡国」は現在の鳥取市周辺。因幡の白うさぎは同市の白兎(はくと)神社に祭られています。



うさぎ「おいしい」？

童謡『ふるさと』にもウサギが登場します。冒頭の“うさぎ追いかの山 小鮎(こぶな)釣りしかの川”を子どもの頃は「うさぎおいしい」と思い込んでいたという人も少なくないようです。「し」は古語で過去時制の助動詞。「うさぎを追いかけたあの山、小鮎を釣ったあの川」と故郷の情景を懐かしんでいます。

海外での十二支について

十二支となっている動物が、国によって違います。例えば、日本の十二支の最後「亥」は、日本以外の国では「豚」のことを意味しています。これは中国では「猪」という文字は元来「豚」を意味するものですが、干支伝来時の日本には豚を食べる習慣がなく馴染みのないことから、「猪」をあてたのではないかとされています。

また「卯年」は、チベットやタイ、ベトナムでは「猫」に置き換わっています。これには諸説ありますが、猫の方が親しみがあつたとか、発音が似ていたためと言われていいます。日本でいう卯年に、これらの国に行くと猫のグッズや土産物が多く並ぶそうです。猫好きの方には興味深い情報ですね。





誰でも簡単！ クッキングレシピ

簡単！ 鍋！ 身体ポカポカ！！



ウインナーの豆乳鍋

材料(4人分)

- ・ウインナー 12本
- ・白菜 1/4本 ・ねぎ 1本
- ・しめじ 1パック ・人参 1/4本
- ・油揚げ 1枚
- ・豆乳スープ 1袋(市販のもの)

作り方

- (1)野菜と油揚げは食べやすい大きさに切る。ウインナーは軽く切り込みを入れておく。
- (2)鍋に豆乳スープを入れ、沸騰させる。ウインナーと油揚げを加え、軽く火が通ったら残りの具材も入れて煮込む。



鍋焼うどん

材料(2人分)

- ・ゆでうどん 2玉 ・卵 2個
- ・しいたけ 2枚 ・ねぎ 1/4本
- ・油揚げ 1/2
- <A>
水3カップ、だし小さじ1
しょうゆ大さじ1
みりん 大さじ1/2

作り方

- (1)しいたけは軸を切り、ねぎは5mm幅の斜め薄切り、油揚げは1cm幅の短冊切り。
- (2)<A>を合わせて煮汁を作る
- (3)土鍋に煮汁を入れ、うどん2玉、(1)のしいたけ・ねぎ・油揚げをのせ、卵を割り入れ中火にかける。
- (4)沸騰したら弱火にし、5分ほど、卵が半熟になるまで煮る。



豚みぞれ鍋

材料(2人分)

- ・豚バラ肉 300g
- ・大根 1/2本
- ・しめじ 1パック
- ・ねぎ 1本
- ・スープのつゆ 1袋(市販のもの)

作り方

- (1)豚肉は食べやすい大きさに切る。大根はすりおろし、水に軽くさらしてザルに上げて水気をきる。
- (2)しめじは小房に分け、ねぎは斜め薄切りにする。
- (3)鍋にスープのつゆを入れて煮立て、豚肉・しめじ・ねぎの順に加える。
- (4)火が通ったら、大根おろしを加えてひと煮する。



カマンベールチーズ鍋

材料(4人分)

- ・豚バラ薄切り 250g
- ・白菜 1/3個
- ・カマンベールチーズ 100g
- ・パセリ・乾適量
- <A>
だし汁800ml、しょうゆ大さじ2
みりん大さじ2、酒大さじ2
白味噌大さじ1(あれば)、
塩小さじ1/3

作り方

- (1)白菜と豚肉を5cmほどに切る。カマンベールチーズは8等分に切る。<A>の材料(スープ)をすべてあわせる。
- (2)鍋に白菜と豚肉をしきつめ、スープを入れて蓋をして中火で煮込む
- (3)煮立ってきた豚肉の色が変わったら、カマンベールチーズを中央のせる。
- (4)もう一度蓋をして弱火で5分ほど煮込み、チーズが溶けたらできあがり。お好みでパセリをふりかけて。



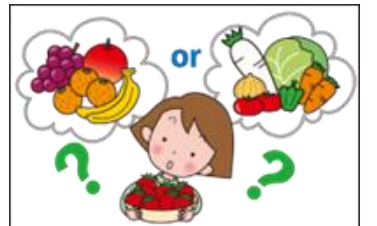
キッコーマン、味の素 他より

質問コーナー

Rさんからの質問

いちごは果物なの？ 野菜なの？

これから旬を迎える「いちご」ですが、疑いもせず果物と思いませんか？ 俄かに野菜では？ という説も・・・



野菜と果物の定義

一般的に「樹になる」ものが果物で、「畑からとれる」ものが野菜と考えられています。樹になる果物と聞いて分かりやすいのは、りんごやぶどう、みかんなどが挙げられます。では実際には、どのような分類の定義が設けられているのでしょうか。農林水産省の定義をみてみますと、

<野菜の定義>

- ・田畑で栽培される ・主食ではなく副食物である
- ・加工されていない ・草本性である

この4つの項目に当てはまれば野菜に分類されますが、農林水産省では「どの定義も確固たるものではない」として、果物に分類できる可能性も残しているようです。



<果物の定義>

- ・2年以上栽培する植物および木本植物 ・果実を食用とする
- いちごは樹に実をつけずに苗から育てられ、1年で収穫されるので、果物ではなく野菜に分類されるということになります。



しかし、農林水産省での定義は、あくまで出荷量や生産量などの統計データを作成するための分類です。実際には生産者は「野菜」として出荷し、スーパーでは「果物コーナー」に陳列されているのが現状です。消費者も果物として購入します。いちごは、一連の流れの中で野菜から果物へと分類が変化しています。

生産者側か消費者側か、どちらの立場に立つかによって「野菜」としても「果物」としても見ることができるといえることになります。

このことから「**果実的野菜**」とも呼ばれています。スイカやメロンも同様です。

ちなみに・・・

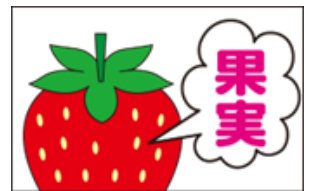
キュウリ、ナス、トマトも、農林水産省では「果実的野菜」に分類され、果実を食用とする野菜と定義しています。トマトも国によって、野菜だったり果物だったりするようです。

分類の判断は、その作物がどのように消費されるのかといった食文化にも関わりがありそうですね。

いちごの豆知識

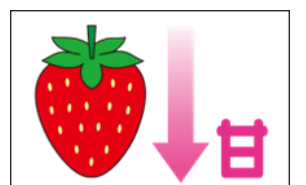
いちご表面のツブツブが果実

いちごの表面にあるツブツブは種ではなく、ひとつひとつが果実です。それぞれのツブツブの中に種が入っています。一粒のいちごは、200個から300個の果実が集まった「集合果」。私たちが果実だと思って食べている甘い部分は、実際は茎の先端の花床(かしょう)が膨らんだ偽果(ぎか)です。



いちごの甘い部分はどこ？

いちごは先端部から熟していくため、ヘタの部分よりも先端のほうに糖が多く蓄積しています。ヘタよりも中央、中央よりも先端が甘いので、ヘタをカットして中央から食べ始めると、最後により甘く感じられます。



いちごの栄養成分は・・・

いちごはビタミンCが豊富で、みかんやグレープフルーツの約2倍。ビタミンB群である葉酸も多く含まれています。また、ポリフェノールの一種であるアントシアニンも豊富で、目の働きを高めたり、眼精疲労を予防したりする効果も期待できます。