

## 節句と節句料理についての一考察

土屋 京子

A Study of Festival Called Sekku and Festive Dishes Called Sekku Meal

Kyoko TSUCHIYA

はじめに

日本の国は大変に歴史が古く、その伝統が現在まで受け継がれているものが数多くある。全国のいろいろな地域やその地方独特の伝統行事はその例であり、それぞれが意味のある理由により成り立ち、人々に引き継がれて今も伝わっているのである。このような様々な行事には人が集まり、当然のことながら皆で食事をする。これが「行事食」であり、普段とは少し違ったものを食べる機会にもなる。

多くの行事食の中で、私たちが新しい年を迎えて最初に目にする「おせち料理」は、新年を祝う喜びを皆で分かち合いたいという気持ちの表れである。ここでは、この「おせち料理」をとりあげ、これらについて、「節句」の意味と合わせて調べ、改めてその意義を考えることにした。

### 1. おせちと五節句について

「おせち」とは「御節供（おせちく）」を省略したもので、本来、元日や毎年ある五度の節日、すなわち五節句（五節供）に供される「供御（くご）」（これは主として天皇の飲食物をいう）を表したものであった。その中でも、主に副食物の煮染（にしめ）をさし、昆布巻き、茹でかち栗、照りごまめや、牛蒡（ごぼう）・芋・蓮根・人参・慈姑（くわい）などを甘く煮たものを称して「おせち料理」といつていた。

また、同じような意味で「節会（せちえ）」の略ともいわれているが、これは平安時代頃、朝廷で節日に行われた宴会をさし、この時作られたものを「おせち料理」と呼んだ。

すなわち、季節の変わり目である五節句の祝儀料理であったものが、次第に年の初めのお正月が代表的な行事になって、その時の祝い膳を「おせち料理」というようになった。さらにこれが「おせち」と略して親しまれ、現在では、お正月料理だけをさすことになったのである。

ここに出てくる五節句とは、一月七日の人日（じんじつ）、三月三日の上巳（じょうし）、五月五日の端午（たんご）、七月七日の七夕（しちせき）、九月九日の重陽（ちょうよう）、の一年に五回の節句のことをいう。

人日の節句では、人日（人を占う日）に七草粥で邪気を払うといわれている。春の七草（せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ）を入れて粥を炊くことから、別名「若菜の節句」とも呼ばれる。古くは平安時代から伝わるこの風習はこの一年の無病息災を願うものでもあった。

上巳の節句は「桃の節句」ともいい、主に女の子の成長を祝った。平安時代の雛遊びがもとになり、江戸時代から日本各地に伝わっていったといわれている。雛人形を飾り、白酒や菱餅（紅・白・緑の三つ重ね）を供え、草餅やひなあられを食べて、ひな祭りをした。また、この時、ちらし寿司や蛤の潮汁などを食べることもあるが、これは蛤などの二枚貝は一对のもの以外とは重ねることができないことから、夫婦の絆の縁起物として娘の幸福を願うものといわれた。

端午の節句は、上巳を女子の節句にするのに対して、男子の節句とした。鎧・兜や武者人形を飾り、鯉のぼりを立てて、強くたくましい男の子の成長を願い、粽（茅卷、ちまき）や柏餅を作った。これは「菖蒲（しょうぶ）の節句」とも呼ばれるが、「尚武」や「勝負」も同じ読み方することからも、男子の節句にふさわしく、昭和の時代に五月五日が子供の日と決められてからは、国民の祝日になっている。

七夕の節句には七夕祭り（星祭り）をすることが知られている。もともとは、天の川で年に一度の牽牛（けんぎゅう）と織女（しょくじょ）の相会を祝う中国の風習と、日本の「棚機つ女（たなばたつめ）」の信仰の習合と考えられている。奈良時代に中国から日本の貴族社会に伝わり、江戸時代になって庶民も笹飾りをするようになった。葉竹を立てて、五色の短冊に願いを書いて飾り、書道や裁縫の上達を祈った。また、この節句には、小麦粉と米粉を練って縄の形にした「索餅（さくべい）」という菓子や、冷麦が作られた。

重陽の節句は、陽数の九（一桁の奇数で一番大きい数）を重ねるので、おめでたいということから、このように呼ばれている。菊花の宴が行われ、栗餅や菊の花をあしらった奥ゆかしい料理が作られる。菊人形、菊枕、菊湯など、いろいろなところに菊を用いることより、「菊の節句」ともいわれ、長寿を願う節日になっている。

五節句の他には、正月十五日（上元）の小豆粥（豊作を祈る）や、旧暦十月初の亥の日に食べる亥の子餅（収穫を祝う）なども節句の行事食に含まれている。

## 2. お正月料理について

お正月料理には、新しい年の多幸を願う心が表れており、それぞれ理由をつけて縁起をかつぎ、語呂合わせをしているものが多い。簡単な言葉でわかるようにしているのは、誰もが親しみを持ち、自然に覚えやすくするためではないかと考えられる。

たとえば、次のようなものがあげられる。

橙（だいだい）：代々繁栄する。

昆布：「養老昆布（よろこぶ）」とも書き、喜ぶ。

鯛（たい）：「目出鯛」と書き、おめでたい。

伊勢海老：腰が曲がるまで健康を願う。

鯀（にしん）：子が多く、二代揃って健在である。

数の子：たくさんの子供があり、一家の繁栄につながる。

鱈（たら）：「多良」と書いて、良いことが多いように祈念する。

里芋：子供がたくさん生まれるように祈る。

慈姑：やがて芽が出る。

搗ち栗（かちぐり）：「勝ち栗」とも書き、勝ちを繰り返す。

黒豆：真っ黒になって、「まめ（健康）に」元気で働く。

ごまめ：田作り（たづくり）とも言い、豊作を願う。

これらには、お正月の床飾りの蓬莱に使われているものもあり、次のような飾りも縁起物として伝えられている。

譲葉（ゆずりは）：葉が交互に付いていることから、親から子へ、代々譲る。

裏白（うらじろ）：葉の形より謙譲の意を表し、夫婦和合の象徴や夫婦共白髪にかけている。

熨斗鮑（のしあわび）：鮑を引き伸ばすことが永続の意より、不老長生の効がある。

馬尾藻（ほんだわら）：大国主命（おおくにぬしのみこと）がのった米俵とかけている。

また、お正月料理の祝い膳には、屠蘇、祝い肴、雑煮が主になり、この他に重詰料理が作られる。

#### (1) 屠蘇

屠蘇は、日本酒または味醂に屠蘇酸（山椒、防風、白朮：はくじゅつ、桔梗、蜜柑皮、肉桂皮、赤小豆などを調合したもの）を浸して、香りや成分を浸出させた薬酒（漢方薬）で、お正月に一年の邪気を払い、延命長寿を祈って飲まれるものである。

本来「屠蘇」とは、蘇（悪鬼）を屠むる意味といわれており、もとは1700年前、中国の三国時代の魏の名医である華陀が考えたものである。これを飲んで屠者（死者）が蘇ったことからこう呼ばれるようになり、日本には平安時代の初期に伝わって風習化していった。現在では、屠蘇器にティーバッグ状のものを入れて使っているが、本来は三角形の紅絹または白絹の袋に入れておいたものを浸して作った。

お正月の三が日、年の若い者から年長者の順にお屠蘇を飲み、後は薬かすを井戸に投げ、この井戸の水を毎年飲めば、一代の間は無病であるといわれた。これを家族の内で年少者から飲むのは、人間がすべて平等だという心の表れで、これはお屠蘇だけでなく、すべてのお正月料理を食べる場合にもいえることであった。



写真1 木製 黒  
胴張四ツ揃 万両 屠蘇器 (所有品)



写真2 奥 祝い肴三種  
左から黒豆、数の子、田作り  
手前 左 雑煮碗 右 祝い箸

## (2) 祝い肴

祝い肴とは祝い膳の酒の肴のことで、古くから格の高い魚として鯛や鯉が用いられていた。祝い肴は屠蘇を汲み交わす時に出されるもので、この時の祝い肴を「三つ肴」ともいい、おめでたいもの（おめでたいことに縁があるもの）を三種類組み合わせ盛付けた。その代表的なものとして田作り（ごまめ）、数の子、黒豆があり、京都では、黒豆の代わりに叩き牛蒡（牛蒡を叩いて軟らかくしたもの）を祝い肴としている。

田作りは片口鯛の幼魚を乾燥したもので、農家で田畑の肥料として鯛を使ったことや、まめに働き、達者であるようにと縁起をかつぐことより食べたといわれている。また、ごまめに「五万米」の文字を充てて、五穀豊穰を願ったとも伝えられている。

数の子は鯉の卵の素干しか塩漬けで、鯉の別名「カド」の子が訛ったともいわれる。一腹にたくさん卵を持つことから、子孫繁栄の縁起物とされている。また、干し数の子は戻すことにより、もとの形にかえるので、これをめでたいとしたという説もある。

黒豆は大豆の一種で、別名「田夫」ともいい、田を作る人が働いて黒くなった顔と、健康でまめに働くことができるようにということをかけて使ったともいわれている。また、この黒豆には、赤い「ちょろぎ」が添えられる。これはシソ科の植物で、巻貝に似た地下茎を塩漬けにしたものである。「長老喜」や「千代呂木」とも書かれ、長寿の願いがこめられている。

この他の祝い肴としては、搗ち栗（栗の実を殻のまま乾燥させ、臼で搗ち、殻と渋皮を取ったもの）、寿留女（するめ）、昆布料理（結び昆布、昆布巻き）、海老や小鯛を使った料理などがある。

## (3) 雑煮

雑煮は餅に具をあしらった汁物や、餅と野菜を煮たもののことで、誰でも祝える雑な煮物ということから、もとは「煮雑（にまぜ）」といわれていた。これが、江戸時代になって臓腑を保養するという意味から「保臈（ほうぞう）」と呼ばれ、後に「烹雑（ほうぞう）」や「宝雑（ほうぞう）」

から「雑煮（ぞうじ）」に転じたともいわれている。本来は、お正月の鏡餅を使い、一つの鍋で種々の食品を煮た料理で、元日だけの食べ物ではなかったが、室町時代からお正月に雑煮を食べる習慣ができた。歴史的には、味噌仕立てが主であるが、江戸時代以後、醤油仕立てになっていった。

また、雑煮は、その地方でとれる材料を主に使っているのも、地方色が豊かなことも特徴の一つである。いいかえれば、雑煮こそ代表的な郷土料理ともいえるのではないかと考えられる。例えば、出汁の材料（昆布、鰹節など）、汁の仕立て方（清まし仕立て、味噌仕立てなど）、餅の形（小さい丸餅、角型の押し餅など）、餅の扱い方（焼く、煮るなど）や、取り合わせる具の材料が様々になっていることなどである。

汁の実になるものは、やはり縁起をかついで、子供に恵まれるように八つ頭、名を上げるように小松菜を使ったり、亀甲椎茸や鶴の子芋などの切り方にして、めでたさを出している。昔は、江戸っ子は、鶏・小松菜・蒲鉾・海苔しか入れないといわれたが、今はいろいろな材料を使っている。

関東では、角餅の清まし仕立て、関西では、丸餅の味噌仕立てが多く、京都では西京白味噌が使われているが、これも土地によって少しずつ違っている。各地方の珍しい雑煮としては、北海道の鮭とイクラ（筋子）の親子雑煮、加賀の粕汁仕立て、香川の餡入り餅、長崎の葛仕立てなどがある。

お雑煮は、お正月の三が日の「ハレ（晴れ）」の食事であるが、これも場所により、元日だけや、三日とも食べないなど風習に違いがある。



写真3 雑煮椀（所有品）左から  
 黒 雑煮椀 南天  
 黒 雑煮椀 扇面 蘭  
 黒 雑煮椀 松竹梅



写真4 重箱（所有品）  
 左 手提胴張 三段重 玉葉  
 kansai urusi (山本寛斎 漆)  
 右 木製重箱 (会津塗)  
 黒内朱 三段重 南天

#### (4) 重詰料理

お正月のお節料理は、重箱に詰めておくことが多い。この中に入れる料理は、保存のきくものや冷めても味が変わらないもの、酒の肴に向くものなど、工夫して献立が考えられている。このようなことから、華やかな中に生活の知恵が生かされていることがうかがえる。この時使用する重箱は漆器が多く、内朱外黒（または逆の組み合わせ）で、金紋や蒔絵が施されている。正式には台が付いている五段重であるが、普通は四段か三段、略式や少人数では二段（最近では一段）のものを使っている。

例えば四段重では、上から一（壺）の重（初の重）には口取り、二（貳）の重には焼き物、三（参）の重には煮物、与の重（四は死に通ずるとして「与」の字を充てる）には酢の物を入れる。五段の時は、控え重（替え重）として、予備の補充分として使う。三段の時は、二の重に煮物と焼き物を入れ、二段の時は、一と二の重を一段目に、三と与の重を二段目に入れる。また、祝い肴を別器に盛り付けず重箱に詰める時は、一の重に祝い肴のみ、あるいは口取りと一緒に入れることもある。この場合は、以下の段に入るものは順にずれていく。

その他に、詰め方の決まりとしては、奇数の種類で盛り合わせる、伊達巻は右巻きにする、紅白の料理の時は右側に紅、左側に白を並べる、などがある。しかし、これはあくまでも目安として参考にし、各家庭に合わせて盛り付けていっても良いのではないかと考える。

また、作る時は「五味（甘・塩・酸・苦・辛）」「五彩（赤・緑・黄・黒・白）」を入れることにより、同じような料理でも飽きないで、色、形、味、香りなどの変化を、同時に楽しむことができる。これらの料理を詰める時は、当然のことながら、十分に冷ましてから入れ、他のものの味が混じり合わないよう仕切り（葉らん、笹の葉、裏白など）を入れる。この他にも、重箱の厚味（一段の高さ）より低く詰めたり、取り出した時に崩れないようにするなどの注意が必要である。

重箱の詰め方には、図1に示すようなものがある。

段取り（段詰め）：横に仕切り、段々に一列ずつ詰めていく。（五段から七段位）

市松：細かいものを市松模様のように詰める。（九つの正方形で均等に分ける。）

隅取り（隅切り）：中央は菱形状でその周りの四隅を詰める。

七宝：中心になるものを中央に置いて、その周りに他のものを六から八種入れる。

八方盛り：四方八方どの方向から見ても、同じように見えるように詰める。

栴詰め：斜め中央に一種詰めて、両側に他の種類を入れていく。

乱れ盛り：立て横入り乱れて詰める。

この他にも、網代、博多、末広形、扇形などがある。

節句と節句料理についての一考察

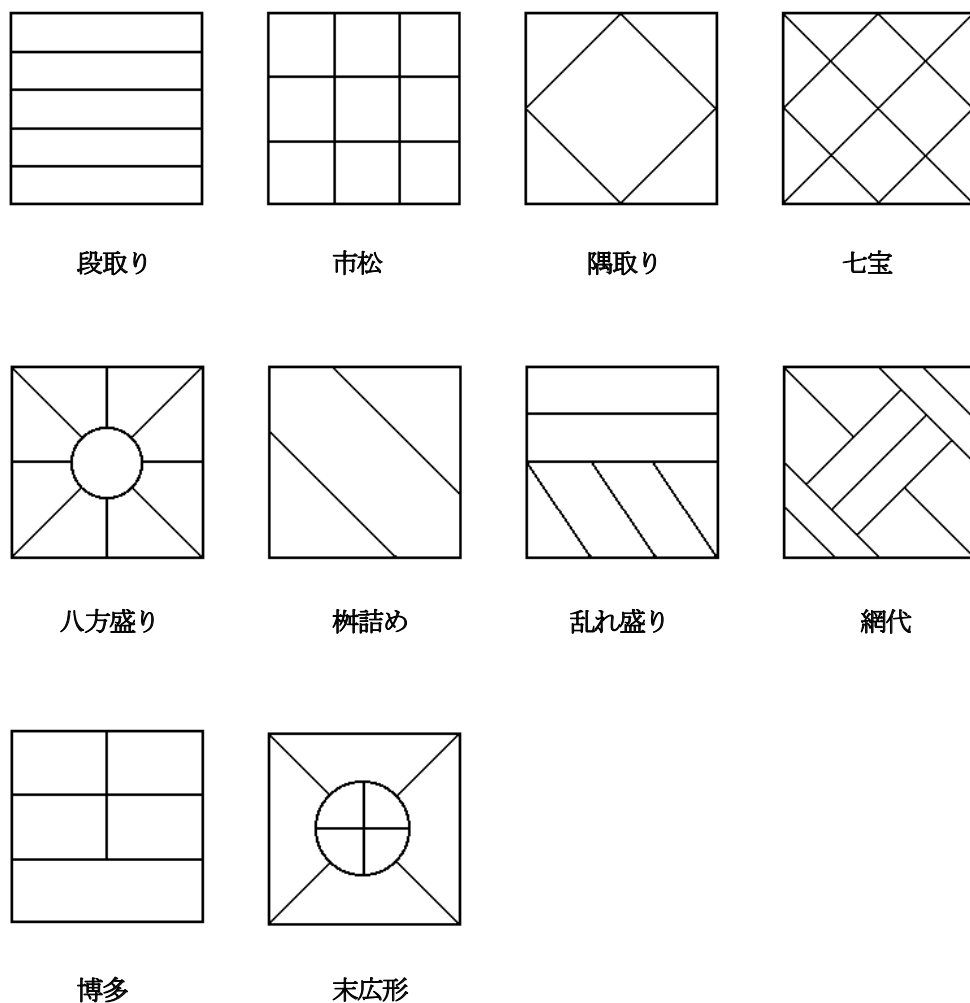


図1 重箱の詰め方

次にそれぞれの段の特徴をみていくが、前述の祝い肴については省略する。

1) 一の重

一の重に入れる「口取り」とは、口取り肴や口取り菓子を表している。口取り肴とは、古くは吸い物と共に出された昆布、熨斗鮑、搗ち栗などの祝儀の肴であった。しかし、しだいに食味本位として変化し、海・山・里のものを浅い皿（口取り皿）に三から七種位盛り合わせるようになり、それから品数も増えていった。これらは広蓋に盛り付けられ、それぞれ硯蓋に取り分けて食べた。後に、蒲鉾や金団（きんとん）、伊達巻、寄せ物（凝固材料を用いて形を与えた物）などの甘いものが入られ、現代のお正月のお節料理に残っている。

口取りは、従来、折り詰めにして土産物で持ち帰る習慣があったため、汁気が少なくて味の濃い料理が多くなっている。例えば、紅白蒲鉾（紅白でおめでたい）、錦卵（財宝を表す）、栗金団（小判を思わせる色から金運祈願）、末広海老（長寿を表す）、伊達巻（巻物に似ていることから文化発展を願う）、矢羽根羹（武家時代の隆盛の名残）など、おめでたいものがあげられる。

## 2) 二の重

二の重には古くから焼き物が用いられている。昔は、祝い膳の献立に、白絹や鰹節、金包みなどを組み込んで送る習慣があったので、それを焼き物と称していた。現在、一般的にいられている焼き物とは区別され、「炙り（あぶり）魚」「台の物」などの名前で呼ばれていた。ここで詰められているものは、鯛の姿焼き、鱈の照り焼き、切り身魚の西京味噌漬け焼きなどの焼き魚が中心であるが、烏賊の松笠焼き、鶏の松風焼きなどもあった。

また、焼き物には、「前盛り」が添えられるのが特徴である。これは、焼き物に風情を与えたり、味の補いにしたりして、動物性食品の濃厚な味の後、口の中をさっぱりとさせるために、淡白な味付けをした植物性食品や野菜類などが用いられる。これには、酢取り生姜や筆生姜、金柑の照り煮、きゃら落、大根卸しなどがある。

## 3) 三の重

三の重に詰める物には煮しめが使われる。これは、野菜や乾物類を形を崩さずに、時間をかけて煮たもので、一度に炊き上げずに、煮ては冷まし煮ては冷ましを繰り返して、味を含ませていく。煮詰める時に、材料が十分に煮汁を含んだ状態で、汁は少し残る程度にまでした方が、味がよく染み込んで、お正月用の煮物には向いているようである。例えば、昆布巻き（昆布は喜ぶ、巻きは結ぶの意味）、椎茸の照り煮、梅花人参、里芋の白煮、末広筍、さやえんどうの青煮、慈姑の含め煮、手綱蒟蒻、手まり麩などのように、一種類ずつを別々に煮たものと、炒り鶏や吹き寄せ煮などのように、材料を一緒に煮るものがある。

## 4) 与の重

与の重に入れる酢の物は、季節感を重んじている。さらに、さわやかな口当たりで食欲をそそり、他の料理に起伏を持たせるような役割を持っている。魚介類や野菜類などあらゆるものが材料に向いており、例えば、魚の酢漬け、わかさぎの南蛮漬け、鮓の昆布じめ、菊花蕪、矢羽根蓮根などがある。また、なますは人参と大根の紅白の色でめでたさを表し、五色や七色にしてより華やかにしたものもある。

酢の物は、小鉢に盛り付ける時に「天盛り」を添えると、お客様に対するもてなしの意味もあり、より丁寧になるといわれている。これは、料理に季節の香りを与えると共に、味を引き立てるためにも必要で、柚子や生姜などを使うことが多い。

## 5) 五の重

五の重は、控えの重として、なくなったものを補っていく時に使われる。始めから祝い肴を入れておき、いただいた後の乱れを直してもよい。また、替えの重ともいわれているように、何を入れてもよいが、お客様の前には出さないのが立前である。

## おわりに

最近では、料理にまでいろいろな流行がみられる。また、和洋折衷の料理や、今まで知らなかった国の料理や無国籍料理、新しく創作されたものなど、様々な食物があり、その種類は今後さらに増



えていくと予想される。食の融合（フュージョン）もよいが、日本の伝統的な行事を始めとし、昔から伝えられているものが、今も受け継がれてきたのは、それなりに良さがあるということを忘れてはならない。

「ミールソリューション」という言葉があるように、各家庭でも食卓の事情は様々である。しかし、現代に生きる私たちは、これらを再認識し、古いものと新しいものを上手に組み合わせることが必要である。そして、これからも美味しいものをいただいたことに感謝し、楽しい食卓を囲み、豊かな食生活が送れるように、一人一人が意識していくことが大切だと考える。

#### 参考文献

- 1) 新村出. 広辞苑 第六版. 岩波書店, 2008, p.3049.
- 2) 小林弘. 読む食辞苑. 同文書院, 1997, p.335.
- 3) 岡田哲. 食の文化を知る事典. 東京堂出版, 1998, p.310.
- 4) (社)全国調理師養成施設協会. 調理用語辞典. (株)調理栄養教育公社, 1989, p.1131.
- 5) 河野友美. コツと科学の調理事典. 医歯薬出版株式会社, 1991, p.514.
- 6) 長田真澄. 日本料理. 新評論, 1980, p.358.
- 7) 主婦と生活編集部. おせちと正月料理百科事典. (株)主婦と生活社, 1982, p.198.
- 8) 田村平治. 日本料理. 女子栄養大学出版部, 1977, p.207.
- 9) 小川安子. 調理理論と実習 応用編. 光生館, 1981, p.166.
- 10) 越智知子, 千田真規子, 松本睦子. 調理 実習と基礎理論. 建帛社, 2006, p.367.
- 11) 川端晶子, 畑明美. 調理学. 建帛社, 2008, p.195.
- 12) 桜井幸子, 柏倉久代. 三訂 小児栄養実習. 建帛社, 2008, p.143.
- 13) 三浦康子. なごみ歳時記. 永岡書店, 2007, p.223.