



湯立 (岩城神社／千代川町)



鱧の箱寿司

鱧の箱寿司

はものはこずし

材料

《すし飯》

米 5合
 合わせ酢
 酢 1/2カップ
 砂糖 75g
 塩 大さじ1

《たれ》

しょうゆ 50cc
 みりん 大さじ1
 酒 大さじ1/2
 砂糖 40g
 水 大さじ1
 片栗粉 大さじ1

《具材》

はも(焼き上げたもの) 300g
 卵焼き(2枚分)
 卵 4個
 塩 少々
 紅しょうが 適量

出穂した稲が金色に熟し、頭を垂れ始めました。

ただし、9月1日は春分から数えて「二百十日」。古くから台風に襲われる確率が高いとされています。

旧暦の8月1日である「八朔」もこの頃。間近に迫った稲刈まで、田んぼが無事でありますように。祈りを込めて、出穂や収穫期の到来を祝う祭りが、市内各地で営まれます。たとえば、東・西別院町など複数の地域ではこの日、大阪と兵庫にまたがる「能勢の妙見さん」にお参りをしたそうです。神社でお千度を踏んだり、相撲をとるところもありました。いずれも熱心な信心の表れといえ

ましよう。

各地の神社ではかつて、巫女さんを招いて「湯立」を行いました。湯立は神前の釜で湯を沸かし、笹やわら束で湯を周囲に振りかける神事です。毎年9月6日に営む岩城神社(千代川町)の湯立では江戸後期の文久3(1863)年奉納の大釜で酒と塩を入れた湯をわかします。使った笹は氏子がお守りにするそうです。

水神にちなむ祭りや魔除けの祭り、八幡宮の放生会など行事が各所であります。保津八幡宮(保津町)の放生会は、多くの灯明を掲げるため百燈祭とも呼ばれます。

作り方

- 炊きあがったご飯を飯ぼうにあげ、ひと煮立ちさせた合わせ酢をかけて混ぜ合わせる。
- はもは蒸してから、まな板の上で包丁で押しつぶす。
- 卵焼きの味付けは、後でたれをぬるので薄味にし、平らに焼く。
- 箱にすし飯を八分目に入れて、その上に薄く伸ばしたはも、卵焼きを載せて押さえる。

- 箱から出して切り分けてからたれを塗る。
- 皿に盛り、千切り紅しょうがを添える。

～たれの作り方～

しょう油、みりん、酒、砂糖、水を鍋に入れて火にかけ、煮立ったら、同量の水でといた片栗粉を注ぐ。



月見だんご

おつきみ

おつきみ



月を写した
まあるい団子



石田梅岩墓前祭(東別院町)

秋めいて、草木に降りた露が白く光る「白露」の頃を迎えました。宵の空に月がのぼります。さわさとススキがそよぎ、虫の音が静かな夜に染みていきます。

旧暦8月15日は「仲秋の名月」。芋名月、豆名月とも呼びます。旧暦に沿えばすべての「十五夜」、つまり毎月15日は満月になるのですが、山の幸の収穫を祝う意味を込め、秋の月の十五夜を私たちは愛でるのです。

「三方」に載せた月見だんごに秋の草花を添えて飾りましょう。だんごは丸餅が一般的ですが、餅を餡で巻いて月と雲に見立た「隠れ雲」との粋な呼び名もあります。

月では、餅をつく兔を眺めながら、かぐや

姫が地球を眺めているでしょうか。くっきりと見える月の模様に、幼い頃に聞いた竹取物語や天の羽衣の物語を重ねます。

農家では収穫前の中休みの時期。小芋や豆は秋野菜の走りの食材でした。物ごとが丸く収まるようにと丸い芋に丸い餅。縁起もかっているのです。

24日には、東別院町で江戸初期の思想家・石田梅岩の墓前祭があります。梅岩は「正直、儉約、勤勉」を掲げ、商いに大切な人の道を説きました。血の通った石門心学は、農家に生まれ、実りまでの人々の苦勞を知る梅岩ならではの哲学といえるのかもしれない。

月見だんご

つきみだんご



材料

もち粉 150g
上新粉 100g
砂糖 50g
塩 少々
ぬるま湯 180~200cc

作り方

- 1 ポールにもち粉、上新粉、砂糖、塩を入れ、ぬるま湯を少しずつ加えながら耳たぶくらいの固さにこねる。
- 2 1を棒状に伸ばし、等分に切り分け、丸める。
- 3 蒸気の上がった蒸し器に2をくっつかないように並べ、10~15分蒸す。
- 4 3が冷めたら、三宝などに山高に盛る。



三色のおはぎ

秋の彼岸

あきのひがん

おはぎ携え墓参り



彼岸花の里(曾我部町)

9月23日頃の秋分の日的前後1週間が「秋の彼岸」です。お墓参りの機会は1年間に何度かありますが、やはり秋が本番という気がします。

お供えは、秋の七草の一つ「萩」にちなんで、おはぎ。七草はほかに撫子、葛、桔梗、藤袴、尾花(ススキ)、女郎花で、控え目に咲く秋の草花の代表格です。

入りの日は簡単におだんごだけを供え、中日の秋分の日に手作りしたおはぎを携えて墓参りに出かけます。道すがら、家々の庭からは白や薄紅の萩の花がこぼれるように咲いています。

以前は亀岡でも土葬でした。そのせいか、

祖父母や両親など懐かしい人々が何年たっても土の中にいて、本当に再会できるような…。家族そろっての墓参りには特別の思いがありました。

墓は集落ごとに山の際などにありました。嫁いだ女性や親類も遠方から集まってきました。迎える家はおはぎや巻き寿司を大量に作り、土産にしてもらいます。

他府県には、お墓に赤飯を供える地域もあるそうです。さらに葬儀の際に赤飯を炊く地方もあるとか。祝事の印象が強いため驚きますが、「仏となった故人の旅立ちを祝う」との意味が込められているそうです。

三色のおはぎ

さんしょくのおはぎ



材料

もち米	1.5合
うるち米	1.5合
塩	小さじ1
小豆あん	1kg
きな粉	適量
青のり	適量

作り方

- 1 米は炊く30分前に洗っておき、塩を加えてやや柔らかめの水加減で炊き、炊き上がったらしやもじでよく混ぜる。
- 2 おにぎりを作り、あんで包む。
- 3 きな粉、青のりのおはぎは、あんを中に入れたおにぎりに、きな粉、青のりをそれぞれまぶす。



10月
October

亀岡「夢コスモス園」

日	行事名	所在地	行事内容	頁
1～31	亀岡祭	欽山神社(上矢田町) 鉾町(亀岡地区)	欽山神社の秋祭りで、1日の吉符入りに始まり、20日に神幸祭(おいで祭り)、23日に宵々山、24日に宵宮、25日に本祭が行われる。23日～25日は祭りのハイライトで、旧城下町一帯では、11基の山鉾が建ち、お囃子が響きわたり、多くの人でにぎわう。	P44
16	例祭(駆け馬神事)	大井神社 (大井町並河)	大井神社の秋祭り。昭和初期まで、神社の馬場で駆け馬神事が行われていた。現在は、神輿行列の中に、馬に乗った甲冑武者が登場し、古式を偲ばせる。	
20 21	保津の火祭り	請田神社(保津町)	20日の宵宮は、本宮より八幡宮境内の頓宮に請田大明神を迎える。道中、御幣のついた櫛を持った稚児や太鼓、鉾、お太刀、お弓、高張提灯などが町内を練り歩く。頓宮では、大焚火(火祭り)を行う。	P43
22	六華祭	與能神社 (曾我部町寺)	與能神社の秋祭り、神輿が氏子域が巡る。かつては、神輿を担ぐ輪番は、夏の六地藏めぐりにおいて廻り地藏を安置する村とされ、密接に関係していた。	
	秋祭り		市内各社で祭典が行われ、神輿が氏子域を巡る。	P45



保津の火祭り

ほづのひまつり

剣鉾で古式ゆかしく



保津の火祭り(保津八幡宮／保津町)

松茸と地鶏のすき焼き

まつたけとじどりのすきやき

材料

亀岡地鶏	400g
ねぎ(玉ねぎ)	8本(1個)
焼き豆腐	1丁
つきこんにやく	1袋
春菊	1束
松茸	適量
えのきだけ	100g
すき焼き麩	20g
卵	4個
《割り下》	
しょうゆ	70cc
みりん	50cc
砂糖	大さじ3
酒	大さじ2
水	100cc



松茸と地鶏のすき焼き、松茸のお吸い物

保津川下りで、川が峡谷に差し掛かるあたりの左岸に鎮座されているのが保津町の氏神「^{ちんざ}請田神社」です。祭神の^{うけたじんじや}大山咋命は^{おおやまのいのみこと}自ら鉾をふるい丹波を開拓した神様です。保津村では、川の恩恵を受け、また災害にも見舞われてきた歴史から、保津峡の入り口にまつたけと言われています。

神々は唐鉾と玄能で岩石を取り除き、亀岡に耕地を作りました。この恵みに感謝したのが秋祭りの始まりとされます。神幸祭と^{かんこうさい}還幸祭には4基の剣鉾が練る、古式ゆかしい祭りです。

10月20日夜、宵宮の神幸祭では、剣鉾と弓や太刀、いくつもの御神燈(高張)を掲

げて行列を作り、本宮から^{そうまんどころ}総政所を経て、^{はちまんぐうけいざい}八幡宮境内にある^{とんぐう}頓宮に神様をお迎えします。道中は太鼓叩きと御幣のついた神を奉る稚児が「トクワイリンノウ(唐鉾と玄能)」
「バンザイラク(万歳楽)」と掛け合います。頓宮では大きな火をたき、「ササユイササ」と唱えながら、周囲を3回まわります。還幸祭では再び行列を組み、頓宮から本宮へ神様を送るのです。

地域の大切な祭りには、とっておきの料理の代表格「かしのすき焼き」が登場します。鍋がおいしい季節になりました。かつては祭りが終わると稲刈り。農繁期を迎えて、村は活気に満ちて行きます。

作り方

- 1 ねぎ／外側の汚れた部分をむき、斜め切りにする。(玉ねぎの場合はくし型)
焼き豆腐／2cm角位に切る。
つきこんにやく／沸騰湯で1～2分ゆでてアクを抜き、食べやすい大きさに切る。
春菊／柔らかい葉先を摘み取る。長いものは2つに切る。
えのきだけ／根元の黄ばんだところを切り落とし、さばいておく。
松茸／洗わずに濡れた布巾でふく。石づきは鉛筆のようにけずる。適当な大きさに裂く。

- 2 鶏肉と上記の材料を大皿に盛っておく。
- 3 割り下の材料を合わせて器に入れておく。
- 4 すき焼き鍋を強火で空焼きし、脂身を入れて鍋肌になじませる。
- 5 鶏肉を少し入れて焼き付け、つきこんにやくを加えてさっと焼いて割り下を少し注ぎ、1を少しずつ入れ煮て、様子を見ながら割り下を加えて煮る。溶き卵をつけて食べる。



誇りのせて鉾が巡行



亀岡祭山鉾行事(亀岡地区)

鯖寿司

さばずし

材料 (2本分)

塩さば 1匹
酢 さばが浸かる程度
米 4合
紅生姜 適量
竹の皮 2枚
《合わせ酢》
酢 80cc
砂糖 60g
塩 大さじ1/2

作り方

- 1 塩さばは3枚におろし、血合いと小骨を抜く。かぶる程度の酢に5~6時間漬けておく。
- 2 米は、普通よりやや水加減を控えて炊き上げ、飯ぼうに移して、温めた合わせ酢を混ぜ合わせる。
- 3 さばの頭の方から薄皮をはぎ、肉厚なところをそいでおく。
- 4 箱型の底に合わせてさばを置き、尾の方にそいだ身を置いて底型が見えないようにする。
- 5 4の上にすし飯を載せる。
- 6 上の板を載せてぐっと押し付ける。
- 7 枠を抜き上の板を取る。前もって洗って湿らしておいた竹の皮に包む。



鯖寿司

車輪を軋ませて絢爛豪華な鉾が城下町を練り、見上げる人々に囃子の音色が降りそそぎます。

「亀岡祭」(京都府登録無形民俗文化財)は、上矢田町の鉾山神社の秋祭り。神社は平安中期の延喜式にも記載がみえ、祭りの起源は中世にさかのぼります。戦乱での中絶を経て、江戸初期に再興し、町衆の篤い信仰のもとで受け継がれてきました。

太平洋戦争で巡行中止になった時も、鉾町は懸装品を虫干しして再興の日に備えました。戦後間もなく復活したものの、再び途絶。そして1986年、町衆の地道な努力が実を結び、ついに3基での巡行復活を果た

しました。今では11基がそろい、秋の丹波を代表する盛大な祭りとして、遠方からも多くの人が訪れます。

祭りは1日の氏子区域に神を立てる神事や、町衆の代表が神社に参拝する吉符入りから始まります。神様が町内の御旅所に渡る「おいで祭り」(20日)前後から鉾町は忙しくなります。宵々山の朝は町内総出で山鉾の準備。宵宮には餅をつき、鉾の曳き手や神輿の担ぎ手のために、祭り当日の朝は「ぜんざい」を作ります。男たちは腹ごしらえして出発です。

そして「鯖寿司」が祭りの食卓を彩ります。各家の自慢の味で来客をもてなします。



秋祭りの神撰(宮垣神社/千代川町)

ぜんざい

ぜんざい



ぜんざい

二十四節気の寒露(8日頃)を経て、中旬の「十三夜」は9月の十五夜より晴れることが多く、澄んだ空に月が冴えます。「栗名月」「豆名月」として、市内でも栗や豆のご飯をかみだな神棚に供えて、神様とともに月をめです。

収穫に感謝を捧げる祭りが営まれます。たとえば大井町の大井神社の例祭は、神輿が氏子地域を回るほか、乗馬の稚児や武者による神幸列があります。駆け馬神事に加え、かつては競馬や流鏑馬、「面掛け」と呼ばれる翁猿楽が奉納されたそうです。ぜんざいは年間を通して身近なおやつですが、特に秋は米も小豆もとれたてで、いただくとホクホクと幸せな気持ちになります。

さて、「神無月」「神去り月」も終わりに近づきました。

旭町の梅田神社ではかつて太鼓を打ち、氏神様の出雲の国からの帰郷を知らせました。今でも当番の氏子「神主さん」が赤飯を炊き、へぎ板に盛りつけてお供え、お下がりを各戸で分けるそうです。神様は出雲で氏子の縁組みをされたため、お参りすると良縁を授かるといひます。氏子は、麦初穂(6月、鏡餅)、豆名月(9月、枝豆おこわ)でもお供えを各戸で分け合います。

きっと、あなたの氏神様も出雲で良縁を結んでくれたはず。そっと尋ねに行きましょか。

材料

小豆	150g
砂糖	200g
塩	少々
小餅	適量

作り方

- 1 小豆は洗って、たっぷりの水で煮立て、ゆで汁を捨てる。(あくを抜くため)。
- 2 ざるにあけ、再びたっぷりの水で柔らかくなるまで中火で炊き、途中で水をさす(びっくり水)。小豆が柔らかくなったら砂糖と、塩で味付けし1晩置き仕上げる。
- 3 煮汁は、好みによって水を増やす(味を見て砂糖も増やす)。
- 4 餅は焼いて入れた方が形がくずれ難く美味しい。
- 5 柔らかく煮たクリがあればなお美味しい。



11月
November

丹波国分寺跡

日	行事名	所在地	行事内容	頁
7	大祭	嶺松寺 (千代川町北ノ庄)	子どもの成長を祈願して、二十一尊磨崖仏(ハツ岩権現)の前で行われる。	
20	例祭(えびす)	蛭子神社 (吉川町穴川)	例祭当日は、講当番の家に神職を招き、その家のトウシュを中心として講中が祭典を奉仕する。神饌は新鮮な大鯛で、秋の山野の収穫を添える。社前の露天では商売繁盛の福笹が売られ、「口丹波のえべすさん」として親しまれている。	P48
11月の 二度目の 亥の日	亥の子		イノコは秋の収穫儀礼のひとつ。この日にはボタモチを作り、子どもたちは藁を棒状にしたツチと呼ばれるものを持って、地面をたたいて家々を回る。	P47
23	新嘗祭		新穀感謝祭。新米、大豆、黒豆、小豆など収穫した穀物を神様に神饌として供え、自然の恵みと五穀の収穫を感謝する祭り。現在は、「勤労感謝の日」として国民の祝日ともなっている。	P49



亥の子のぼたもち



亥の子

子らの歌で
農の秋しまい



亥の子(畑野町)

亥の子のぼたもち

いのこのぼたもち



田の神は春の亥の日^いにやって来て、収穫の喜びをもたらし、秋に再び山に帰るといわれています。「亥の子」は田の神に感謝する、農家の秋じまい^{しんまい}を告げる行事です。

新米^{しんまい}と新小豆^{しんあずき}で、おひついっぱいになるほど大きなぼたもちを作り、農機具に供えます。昔は唐箕^{とうみ}などに、最近はコンバインなど機械に供える農家もあります。多産なイノシ^{しそんはんえい}シにあやかって子孫繁栄を招く意味もあり、ぼたもちは人々の万病に効くとも信じられていました。

かつては、わらを束にして縄で巻いた棒を持った子どもが「亥の子のぼたもち祝いましょう。一つ二つでは足りません。おひつに

いっぱいもらいましょう」と歌いながら地面を叩^{たた}いて家々を回りました。

亥の子の日^{かなんよ}にこたつを出すと、火難除けになると言われ、寒くなる頃に合わせて冬支度をする習慣もあります。

「十夜まいり^{じゅうや}」もこの時期の、浄土宗寺院の行事です。十昼十夜念仏を唱えると、極楽^{ごくらく}で千年に等しいご利益があるといい、寺では十夜念仏の法要を営みます。

当番の檀家が家を回って収穫したての白菜や大根を集め、野菜たっぷりのけんちん汁をこしらえて、みんなでいただきます。木枯らし一号が吹き、徐々に冷たくなる霜月の日々、体をほくほくと温めましょう。

材料

もち米 2.5合
うるち米 2.5合
塩 大さじ1弱
《小豆あん》
小豆 600g
砂糖 600g
塩 大さじ1/2

作り方

- 1 米は炊く30分前にといでおき、塩を加えてやや軟らかめの水加減で炊き、炊き上がったらしやもじでよく混ぜる。
- 2 おにぎりを作り、あんで包む。
《小豆あんの炊き方》
小豆はたっぷりの湯でゆでる。煮立ったら湯を捨てる。(あく抜き)
再度たっぷりの水を入れて、やわらかくなるまで煮て、砂糖を2〜3回に分け入れ、常に混ぜながら煮詰める。
砂糖が溶けたら塩を入れてかき混ぜ、あんが固くなるまで練り上げる。

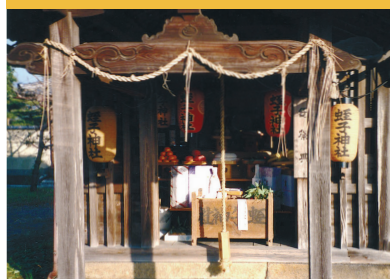


小鯛の塩焼き

恵比寿祭り

えびすまつり

誓文払いの大売り出し



蛭子神社例祭(吉川町)

商売繁盛の神様「えべっさん(恵比寿さん)」をお祭りする吉川町の蛭子神社は、社も小さく、ふだんは静かなたたずまいですが、11月20日の例祭には遠方からも参詣者が集まってにぎわいます。人々が買い求めた名物の干し柿や商売繁盛を願う福笹が参詣道を行き交います。

一般的には恵比寿さんといえば1月の「十日戎」が有名ですが、えびす神は春の供物を元手に儲け、秋に帰って来るそうです。かつては年2回のお祭りが恒例でした。

このため、秋は「誓文払い」と言い、日頃の利益を還元して罪を払う習慣がありました。市内の商店が大安売りするため、買った

い品があってもしばらく辛抱して、えべっさんの日に繰り出しました。今でも百貨店などでは誓文払いの慣例が残りますが、10月20日の旧暦をそのまま新暦でも踏襲するところが多いようです。

商家を中心に神棚のある家では、小鯛をにらみ鯛にして紅白ののし紙に水引をかけ、供えました。神社で授与された神札には新米が入っていて、ご飯に炊き込んでいただく「家内安全」といわれました。

さて、そろそろ正月用の白味噌を仕込みましょう。発酵にたっぷり1カ月、年末にはまるやかに香り、みんなが大好きなお雑煮として大活躍します。

小鯛の塩焼き

こだいのしおやき

》白みそ P66



材料

小鯛 1尾
塩 適量

作り方

- 1 鯛は、尾の方から頭に向かってうろこをおこすようにしながらこそげ落とす。
- 2 えらぶたをあけて包丁の先を入れ、えらを引き出す。
- 3 腹の合わせ目に切り込みを入れて、はらわたを取り出し、きれいに洗い、よく水気をふきとる。
- 4 鯛の全体に塩を振り、腹の中にも塩をする。
- 5 踊り串を打ち、ひれにたっぷりの塩をして、焼く。



鯉の煮物、利休みたらし

新嘗祭

にいなめさい

加工多彩に穀物生かす



新嘗祭の神饌(松尾神社／旭町)

「新嘗祭」は収穫に感謝する宮中^{さいし}祭祀で、旧暦では11月の卯の日に、新暦は23日の「勤労感謝の日」として祝日になっています。亀岡の神社でも、新米や大豆、黒豆、小豆^{あずき}など新穀をお供えます。

神饌^{しんせん}の一種として川魚^{こい}の鯉を供える神社も多いため、鯉の煮付けを紹介しますが、端午^{せつく}の節句の欄でも紹介したように、大井町の大井神社の氏子地域では鯉を食べないそうです。神代の昔、都から神様をのせて急流を遡り、丹波に送り届けた伝説に基づきます。

さて、収穫した穀物は多彩に加工し、年間を通して大切にいただきました。どこの家

にも唐臼^{からうす}があり、穀物をなめらかな粉にしました。

「新粉」はうるち米を水洗い後5、6時間置き、白で挽いて乾燥させます。湯でこねて蒸せば新粉餅になり、焼いたり薄切りして鍋物に入れました。草餅、柏餅、だんご、せんべい、蒸しようかん…と大活躍します。

なめらかな食感の「白玉粉」は水に浸して挽き、布袋に入れて流水にさらし、天日干し…と手間がかかります。煎った大豆で「きな粉」も自家製。麦を煎って「はったい粉」に、小麦は小麦粉に。ガリガリガリと、白で挽く音とともに家中に香ばしい匂いが漂いました。

鯉の煮物

こいのもの

》利休みたらし団子 P90



材料

鯉 1kg
酒 2カップ
しょうゆ 1カップ
たまりしょうゆ 1/2カップ
みりん 1/2カップ
砂糖 100~150g
だし汁 2カップ

作り方

- 1 鯉は泥を吐かせ、臭みを除くため、流水で一昼夜おいておく。
- 2 腹を裂いて、にが玉とはらわたを除き、きれいに洗う。
- 3 筒切りにし、両面に切り口を入れる。
- 4 調味料を煮立て、4の鯉を入れて煮込む。
- 5 アクは充分に取り、汁が少し残るぐらいで火を止める。



12月
December

朝霧の平の沢池 ー水鳥のみちー

日	行事名	所在地	行事内容	頁
8	お火焚き祭		市内の稲荷社などで、お火焚き祭が行われる。災難除け、厄除けなど家内安泰を願う。	P52
冬至	冬至		この日は、カボチャを食べたり、ユズ風呂に入ると中風や物忘れ防止になるという。またギンナン、ニンジン、ゴンボなど「ン」のつくものを食べると運が開けるといわれる。	P51
月末	正月準備		各神社では、氏子がしめ縄をつくり、門松を飾り、正月を迎える準備をする。宮前町の宮川神社では、厄年の人が集まって神社のしめ縄を作る。29日の餅つきは「苦餅」になるといい、31日に正月飾りをすることも、一夜飾りになるといい、ともに避けることが多い。	
31	大晦日		大晦日には、檀那寺や墓へお参りしたり、氏神さんに参拝したりする。	P53



身体温める昔の知恵



お火焚き祭(宮垣神社/千代川町)

いとこ煮

13日は事始め。この日からお正月を迎える準備が始まります。昔は火鉢やかまど、囲炉裏を使ったため家の中にすすがたまりました。まず、きれいにすす払いをし、神棚に御神酒、水、だんごを供え、無事に正月が迎えられるよう祈ります。

22日頃は冬至です。「冬至冬なかば冬はじめ」との言葉通り、暦では冬の真ん中ですが寒さはこれからが本番。この日は中風(脳卒中)や風邪防止のため、かぼちゃを食べたり、柚子風呂に入ります。かぼちゃはカロチンやビタミン類を多く含み栄養価が高い上、血流も促します。昔の知恵の効用は

なかなか的確です。

同様にこの時期、名前に「ん」が付く食品(にんじん、ぎんなん、みかん、きんかんなど)を食べると「運がつく」とも。本来の目的は、厳寒を迎えた体をあたため、ビタミン摂取で風邪をひかぬ工夫でしょう。

風邪防止にはさまざまな民間療法があります。「みかんを皮ごとあぶり、ほかほかの果実を食べる」「しょうが湯を風呂上がりに飲む」「柿を食べる」。咳には「きんかんを煎じて飲む」「薄切りした大根を蜂蜜に漬けて上澄み液を飲む」などなど。体にもやさしい風邪予防のアイデアです。

いとこ煮

いとこに



材料

かぼちゃ 600g
小豆 100g
砂糖 大さじ2
みりん 大さじ2
しょうゆ 大さじ1

作り方

- 1 かぼちゃは種を取ってところどころ皮をむき、3~4cmに切って面取りする。
- 2 小豆はたっぷりの水で一度茹でこぼしてあく抜きをし、改めて水を入れ煮る。
- 3 小豆がほぼ柔らかく煮えたら、かぼちゃを加え、調味料を入れて弱火で煮含める。



白餅

お火焚き祭

おひたきさい

火に感謝して身清める



お火焚き祭(保津八幡宮／保津町)

旧暦の11月には火にまつわる行事が続きます。すべてを焼き尽くす火は、浄化の意味があります。暮れも押し迫り、旧年中の厄を払って心身を清め、健やかな新年を迎えるための儀礼といえましょう。

東本梅町などで行われたフイゴマツリは、火をおこすために欠かせなかった「ふいご」に感謝したのが始まりでしょう。全国的に鍛冶屋^{かじ}や鋳物屋^{いもの}など、ふいごを使う職人たちが稲荷神社に詣でただけでなく、風呂屋を始め、火を使う一般家庭でも祭りが広がりました。この日に焼きみかんを食べると風邪をひかないといい、子どもたちは「おみか

ん買ってんか」と唱えて家を回り、小遣いやみかん、餅をもらったそうですよ。

お火焚き祭も、お稲荷さんを始めたとして各地の神社で営まれます。12月の初午に夕方から豆の木などを稲荷社で焼き上げる地域もありました。当番であるトウヤが小豆飯のお握りを作って供えたといひます。東別院町などでは神社でお火焚きの日、人々が集まって酒を酌み交わしました。上矢田町の鉄山神社ではお札などを焼き上げ、参拝者にはお下がりの小餅が入ったぜんざいが振る舞われています。

白餅

しろもち



材料

もち米 適量
とり粉又は片栗粉 適量

作り方

- 1 もち米を量り、洗う。たっぷりの水に一晩浸しておく。
- 2 米をざるに上げ、十分水を切る。
- 3 せいろに入れて、指で米がつぶれるくらいに蒸す。
- 4 臼又は、餅つき機で蒸した米をつく。
- 5 つきあがったら、丸餅、のし餅などに形を整える。



麦飯とろろ

大晦日

おわみそか



つつがなき日々に感謝



しめ縄づくり(宮川神社／宮前町)

飛び去るように師走の日々は暮れてゆき、「仕事納め」を待たずに、家では正月準備に奔走します。

25日ごろには山へ。門松や歳徳さんにする松や竹、飾り物に使う榊、裏白(ホナガ)、ゆずり葉などを採りにいくのです。この山での作業を「オマツアンキリ(お松さん切り)」や「ホナガトリ」と呼びました。

餅は28日か30日につきます。29日など「9」の付く日は「苦をしょいこむ」として避けます。

掃除が済んだら、注連縄しめなわを作り、門口や神棚、床の間、仏壇などに掲げます。部屋では男たちが「歳徳さん」を飾り付け、女たち

はにぎやかにおせち料理の準備です。

大晦日に檀那寺やお墓に参る家も多いようです。寺には糯米を携え、お墓には鏡餅を供えるところもありました。

正月準備や墓参りを終えると、もう1年最後の日も残りわずかとなりました。神棚に灯明をあげ、1年間の無事に感謝して心静かに手を合わせます。家族が集まり、お蕎麦とともに、つるりと年が越せるよう、とろろ汁や麦飯とろろを食べます。

夜が更け、除夜の鐘が鳴り始めました。音色を聞きながら、今年の出来事を一つ一つ振り返ります。来年もつつがなく過ごせますように。

麦飯とろろ

むぎめしとろろ



材料

米 3合
麦 50g
山の芋 250g
だし汁 3カップ
味噌 100g
うずら卵 人数分
もみ海苔 少々
酢 少々

作り方

- 1 米は炊く30分位前に洗って普通の水加減にし、麦と50ccの水を加えてしばらくおいてから炊く。
- 2 山の芋は皮をむき、酢水に漬ける。
- 3 だし汁に味噌を加え、味噌汁を作っておく。
- 4 山の芋をすりばち、またはおろし金でおろし、その中に温めた味噌汁を少しずつ注ぎながら、すりのばす。
- 5 麦飯を器に盛りつけ4をかけ、うずら卵、もみ海苔を添える。

人生をことほぐ 亀岡の行事

はじめに

誕生し、成長し、そしてゆっくりと老いていく。人生はとどまることのない時の流れです。

新しい生命が宿った時から、小さな命をいとしみ、誕生後は細かな成長の区切りを祝う行事が続きます。一つ一つの関門を越えて、つつがなく育て欲しい……それは家族の切なる祈りでもありました。

成人式は、地域や社会を担うために子ども時代を脱し、大人として生まれ変わる通過儀礼でした。
厄年やくとしは体の節目。無事に越えることで心身ともに円熟していきます。

病気が癒えれば再生を祝う「快気祝いかいきいわ」。還暦を経て、老年期にはさまざまな年祝いでお年寄りを敬います。

お葬式もまた、彼岸での無事な誕生を願い、みんなで送り出す儀式であり、「ご先祖様」として家族を支えて欲しいという願いがこめられています。

子どもの生育や寿命だけでなく、家族のかたちや生活のスタイルはかつてと大きく変わりましたが、かけがえのない命を大切に、人生の節目を祝い、無事を祈る心には変わりはありません。

人生の節々を祝う、亀岡の行事を紹介しましょう。

「和食のお膳ぜん」の基本的な配膳

基本的な配膳は、「一汁三菜」です。

※「一汁三菜」とはご飯と汁と3種類のおかずのことです。

- ①ご飯は手前の左側
- ②汁物(味噌汁・お吸い物)は手前の右側
- ③副々菜(香の物・和え物)は真ん中
- ④副菜(煮物)は奥の左側
- ⑤主菜(刺身・焼き物・揚げ物)は奥の右側



誕生から食べ初め



食い初めのお膳

赤ちゃんを授かったら、妊娠5カ月目の戌の日が大
あんに「帯祝い」をして、さらしの岩田帯を巻きます。お
腹の胎児を実感できる頃であり、猪と並んで多産な
犬にあやかり安産を願うのです。帯には胎児を良い
位置に保つほか、保温や保護の意味もありました。

帯祝いで近所や親戚に配る赤飯も「お産を軽く」
と重箱に軽めに盛ります。受け取った側のお返しも
軽めに。「かっとく（借りておく）わ」と言葉のお返しだ
けでもいいとされました。

出産を守る「産神（ウブノカミ）」は部屋の鴨居やお
手洗いにされるとされ、きれいに掃除しておく習慣
もあります。これも、妊婦が身体を動かすことでお産
を軽くする意味があったようです。この世に生まれる
子どもを見守るお地蔵さんへも手を合わせます。

子どもが生まれると、実家から婚家へ「はらわたも
ち（産屋餅）」を持参しました。もちは妊婦の体力回
復によく、母乳もよく出るようになります。鯉のみそ汁

や、「血をきれいにする」として干しておいたずいきを
食べる習慣もあります。鉄分やカルシウムが豊富で、
みそ汁や大豆との煮物、あえものがおいしいですよ。

男の子は30日目、女の子は31日目に「宮参り」を
します。母方の祖母が乳児を抱き、その上から背の紋
を前にして産着を着せ掛けます。産着の前衣、つまり
祖母の背中には、周囲から贈られた宮参り用の「ひも
銭」を吊りました。

100日目頃には「食い初め」。一生食べ物に不自
由しないようにお膳を整え、親戚の長老が乳児を膝
にのせて、箸で料理を食べさせるしぐさをします。

お膳には、赤飯や鯛の塩焼きのほか、黒豆や蛸、小
石を二つ重ねて置きました。蛸や小石には「歯が丈夫
に」「頭がかたくなるように」との意味があります。石
は保管して、誕生日ごとに床の間や産神さまに供える
ところもあるそうです。

赤飯

せきはん



材料

もち米 5合
小豆 100g
塩 小さじ2
蒸し巾 1枚

作り方

- 1 小豆は洗って一度煮こぼし、5カップの水を入
れ15～20分煮る。火を止めてそのまま10分蒸
らす。
- 2 1の小豆をザルに上げて煮汁と小豆に分ける。
小豆は水をかけて冷まし、ナイロン袋に入れて

おく。煮汁は冷まし、打ち水用に1カップ取り分
けて、残った煮汁に洗ったもち米を入れ、もち
米がかぶるくらいまで水を足して一晩つける。

- 3 もち米をザルに上げ、10～15分置いておく。蒸
し器にぬらした蒸し布を敷き、水を切ったもち
米を入れ、20分間強火で蒸す。
- 4 半切りに取り出し、小豆の煮汁1カップと塩、小
豆を混ぜ入れて、再び蒸し器に戻して20分ぐら
い強火で蒸す。

七五三から十三詣り



七五三(出雲大神宮)

「七五三」は、幼な子の成長段階の一つの要です。3歳は付け紐から帯できものを着るようになる「三つ身祝い」。5歳の男児は袴をはき、女児も帯祝いをするとあります。

7歳でようやく幼児期を脱して子どもの仲間入りです。かつては「七つ前は神のうち」といいました。病気など成長を阻む要因が現代より深刻だった時代、まず、7歳まで育つことが親の切なる願いだったのでしょう。七五三のある11月15日は秋祭りの時期でもあります。村をあげた祭りの頃にあわせ、新しい氏子の成長を祝ったのでしょう。

現代の一大イベントは入園・入学式でしょう。桜の木々に見守られて学校へ。ぴかぴかのランドセルを背負う幼い子も晴れやかです。何年たっても桜の季節になると、幸せな思い出がよみがえりますね。

亀岡行事食研究会のメンバーによると、毎年の運動会は、かつては10月中旬の秋祭り翌日と決まっていたそうです。ちょうど農作業の中休みにあたります。

母親は「糸巻き競争」、父親も「俵担ぎ」などで活躍したものだとかしように教えてくれました。お料理は「巻き寿司」。祭りの残りの料理も再利用、庭でとれた甘いくぼ柿やゆで栗なども子どもの大好物でした。

旧暦の3月13日(新暦の4月13日頃)には数え年13歳になる男女が「十三詣り」をします。亀岡では虚空蔵法輪寺(京都市西京区)に出かける家が多いようです。寺で祈禱を受け、お札をいただきます。帰り道はせっかく授かった知恵を落とさぬよう、寺院の石段はもちろん、渡月橋を渡り終えるまで振り返ってはなりません。

十三詣りは着物も特別で、男子は紋付袴、女子は仕立てたばかりの着物に身を包みました。晴れの日に着物は、母親が苦勞しながら仕立てていました。

しかし子どもの成長はあっという間。数々の儀式に着た小さな衣装はきょうだいや親戚に回したり、襦袢や小物に縫い直して無駄なく使われました。



お宮参り

成人・結婚

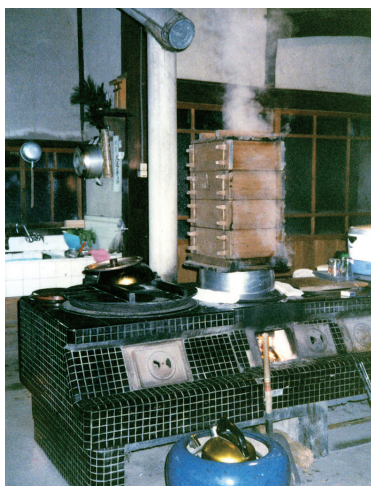


成人式(ガレリアかめおか)

20歳が成人とされ、1月に一律に祝う現代ですが、かつては地域単位に「成人」の考え方があったようです。

亀岡などでも室町時代ごろから地域の自治が進み、村の祭礼や法要などのまつりごとを人々が担うようになりました。「宮座」や「座」「株」「党」など呼び名は集落や地域、また集団の規模や性質によって違いますが、一帯を取りまとめる大切な組織です。ここへの加入が認められると、大人社会の仲間入り。例えば、かつて東本梅町大内では、厳しい大峰参り(奈良県)を済ませた若者を成年と認め、村の政治に参加させたそうです。

結婚式では、「花嫁は座敷の縁側から生家を出て、婚家の門口から台所を通して座敷へ」「式では仏壇側に花婿の親戚、縁の側に花嫁の親戚が並ぶ」などのしきたりがありました。



おくどさん

さあ、新しい家族の日々が始まります。日常生活でもたくさんの約束事。おくどさんのかまどは神聖な場所。「柴や薪は良いが、わらや紙くずを燃やしてはいけない」「上に物(特に刃物)を置かない」と言い伝えました。安全面での配慮もあったのでしょうか。かまど脇の柱には愛宕さんの札をはり、防火のために流しや風呂の水は翌日まで汲み置きました。

水をいただく、井戸も神聖なところ。底にたまった土や砂を掻き出す「井戸替え」は年1回、夏の早朝、ところによっては水位の下がった冬の朝。まず、お米やお神酒を供えて手を合わせます。家族だけでなく、専門職の人も作業にあたりました。

かつてはいろいろな専門職の方がいました。桶や農具、水車大工、檜物師、屋根葺き…。家族で日用品を手作りするとともに、職人さんが生活を支えていたものです。



自宅での結婚式(昭和30年頃)

厄 よ け

「厄」とは命や生活を脅かす災難で、厄日、厄月、厄年など定まった時に降り掛かってくると考えられてきました。女性は数え年の19歳、33歳、37歳、男性は25歳、42歳、61歳。特に女は33歳、男は42歳は大厄として前後の3年間で慎重に過ごします。

医学の進歩や健康志向の高まりで人の身体の状態は、必ずしも昔と同じではありませんが、振り返れば「体調不良があった」などの話も耳にします。厄年の年齢設定にも意味があるのでしょう。現代でも年

頭などに、厄よけのお祓いを受ける人が多いようです。他府県では、櫛など身に付けた物を落として「厄落とし」をしたり、わざと2度正月の儀礼をして厄年を通過する「取越正月」などの習慣もあるそうです。

親戚などから贈られる厄よけ祝いの品は男女で違います。女性は「七色が入った長い物」として、帯や反物、伊達巻などをもらいました。

男性は火箸。五穀豊穡や家運隆昌を祈って鍵型になっていたり、諸厄を刈り取るとして鎌形になった儀式用の箸を取り交わします。七難除けで、七軒以上からいただくのが良いとされます。3年間は神棚や床の間に大切に供え、無事に厄年が過ぎると神社に納めたり、実際に使い始めました。

かつては厄年の数の小餅を毎日ひとつずつ食べる習慣や、大鍋いっぱいのぜんざいを作り、「残ると縁起が悪い」と、通りすがりの人に振る舞う地域もあったといいます。



厄よけ祝いの品



42歳男性の厄よけ祝いの品

今は60歳といえばまだまだ働き盛り。高齢者、お年寄り…と呼ぶことさえはばかれますが、寿命が短い昔は、還暦を無事に迎えることは大変な幸でした。

60という数字は、10ある「干」と12の「支」の最小公倍数。暦が生まれた年に戻り、再び赤ちゃんとして誕生するとの意味から、強い魔除けの赤色の布で頭巾やちゃんちゃんこを作り、本膳で祝います。

「成人」の欄でも紹介しましたが、亀岡には村の祭祀や自治を担う「宮座」「座」「党」という組織があります。集団を構成する男性たちの年齢層にもよりますが、おおそ還暦の前後、壮年の男性にとっての一大行事「ミヤノトウ(宮の頭)」を迎えます。文字通り、その組織の「トウ(頭)役」「カンヌシ役」を務めて氏神社の盛大な祭典を取り仕切るのです。

例えば、本梅町の廣峯神社の「ミヤノトウ」は、10月14日から3日間、行事が続きます。

初日は、前年と翌年の宮の党を招き、36品に及ぶ料理で接待。鯛を筆頭に、山海の幸が並びます。「これをよく見て来年の参考に」との意味を込めて「これ見」というユニークな呼び名があります。

2日目は、親戚と隣組を招き、本膳でもてなします。鯛や海老など豪華なお土産をもたせます。

最終日は氏神様へ。鏡餅やマツタケ、枝豆を供え、この地で誕生し、宮参りから現在までふるさとで元気に過ごせたことを報告して感謝します。お下りの餅は切り分けて地域の家々に配るそうです。

女性たちは裏方として朝から晩まで仕度に追われます。調理だけでも大変ですが、壮年を迎えた夫らが「ミヤノトウ」を務めることは家族の誇りでもありました。少しずつ簡素化されていますが、特色ある行事として続いてほしいものです。

長寿の祝いは、「人生七十古来稀なり」との杜甫の詩にちなむ古希(70歳)に始まり、いずれも数え年で、喜寿(77歳)、傘寿(80歳)、盤寿(81歳)、米寿(88歳)、卒寿(90歳)、白寿(99歳)、百歳を越えれば、茶寿(108歳)、皇寿(111歳)と続きます。



還暦の頭巾とちゃんちゃんこ



ミヤノトウの御供え

長 寿 の 祝 い