

七夕

七夕は「たなばた」または「しちせき」とも読み、古くから行われている日本のお祭り行事で、一年間の重要な節句をあらわす五節句（※）のひとつにも数えられています。

毎年7月7日の夜に、願いごとを書いた色とりどりの短冊や飾りを笹の葉につるし、星にお祈りをする習慣が今も残ります。

みなさんも子供のころ、たくさんの短冊をつるして織姫と彦星にお願いごとをしたのではないのでしょうか？

※五節句

～棚機（たなばた）とは～

人日（1月7日）、上巳（3月3日）、端午（5月5日）、七夕（7月7日）、重陽（9月9日）

「棚機（たなばた）」とは古い日本の禊ぎ（みそぎ）行事で、乙女が着物を織って棚にそなえ、神さまを迎えて秋の豊作を祈ったり人々のけがれをはらうというものでした。

選ばれた乙女は「棚機女（たなばたつめ）」と呼ばれ、川などの清い水辺にある機屋（はたや）にこもって神さまのために心をこめて着物を織ります。そのときに使われたのが「棚機」（たなばた）という織り機です。

やがて仏教が伝わると、この行事はお盆を迎える準備として7月7日の夜に行われるようになりました。現在七夕という二文字で「たなばた」と当て字で読んでいるのも、ここから来ていると言われています。



～織姫と彦星の伝説～

琴座のベガと呼ばれる織女（しゅくじょ）星は裁縫の仕事、鷲（わし）座のアルタイルと呼ばれる牽牛（けんぎゅう）星は農業の仕事をつかさどる星と考えられていました。この二つの星は旧暦7月7日に天の川をはさんで最も光り輝いているように見えることから、中国でこの日を一年一度のめぐりあいの日と考え、七夕ストーリーが生まれました。



～乞巧奠（きこうでん）とは～

「乞巧奠（きこうでん）」は、中国の行事で7月7日に織女星にあやかってはた織りや裁縫が上達するようにとお祈りをする風習から生まれました。庭先の祭壇に針などをそなえて、星に祈りを捧げます。やがてはた織りだけでなく芸事や書道などの上達も願うようになりました。



～日本に伝わった七夕行事～

平安時代にその話が日本に伝わると、宮中行事として七夕行事が行われるようになりました。宮中の人々は桃や梨、なす、うり、大豆、干し鯛、アワビなどを供えて星をながめ、香をたいて、樂を奏で、詩歌を楽しみました。サトイモの葉にたまった夜つゆを「天の川のしずく」と考えて、それで墨を溶かし梶の葉に和歌を書いて願いごとをしていました。梶は古くから神聖な木とされ、祭具として多くの場面で使われてきました。



江戸時代になり七夕行事が五節句の一つとなると、七夕は庶民の間にも広まり、全国的に行われるようになりました。人々は野菜や果物をそなえて、詩歌や習いごとの上達を願いました。梶の葉のかわりに五つの色の短冊に色々な願い事を書いて笹竹につるし、星に祈るお祭りとお変わっていきました。



【なぜ、笹や竹に飾るの？】

冬でも緑を保ち、まっすぐ育つ生命力にあふれた笹や竹には、昔から不思議な力があると言われてきました。神聖な植物ゆえに、そこに神を宿すことができるとも言われています。祭りの後、竹や笹を川や海に飾りごと流す風習には、竹や笹にけがれを持っていってもらおうという意味があります。

【七夕飾りの由来】

笹にはいろいろなものを飾りますが、それぞれに意味が込められています。

七つの七夕飾り			
	<p>短冊</p> <p>願い事だけでなく、詩歌を書いて学問や芸事の上達を祈願。</p>		<p>紙衣（かみこ）</p> <p>紙の着物は災いを人形に映すという意味と、裁縫の上達を願う二つの意味が。</p>
	<p>吹き流し</p> <p>織姫の織り糸を表したもの。</p>		<p>巾着</p> <p>金運向上を願い、昔の財布をかたどったもの。</p>
	<p>網飾り</p> <p>豊作や豊魚を願い、魚を捕らえる投網を表現。</p>		<p>千羽鶴</p> <p>家族の健康を願う長寿のシンボル。</p>
	<p>くずかご</p> <p>飾りを作った後に出る紙くずを入れるくずかご。物を粗末にしない心の表れ。</p>		

【七夕そうめんの由来】

そうめんを七夕に食べるようになった起源は古く、後醍醐天皇の時代、宮中における七夕の儀式で、そうめんの原型といわれる「索餅（さくべい）」を供えたという記述があります。索餅は熱病を流行らせた霊鬼神が子供時代好きな料理で祟りを沈めるとされていました。やがて、索餅は舌触りのよい素麺へと変化し、七夕にそうめんを食べるようになったようです。

索餅（さくべい）の伝説

古代中国で、帝の子供が7月7日に亡くなりました。この子が、鬼になってしまい、病を流行らせるようになりました。そこで、その子が大好きだった索餅（さくべい）をお供えしたところ、病の流行が治まりました。

この伝説にあやかり、七夕の日にそうめんを食べると、病気にならないと言われています。



【索餅】

【当院の七夕行事食】



～常食献立～

- ・ ゆかりご飯
- ・ 七夕そうめん
- ・ とびうおのフライ
- ・ 冬瓜のあんかけ
- ・ すいか



暑くなってきたこの時期に、ゆかりご飯で食欲を増進して頂き、七夕の夜にそうめんを食べて、病気に打ち勝って頂くよう献立を考えました。

また、今が旬のとびうおや冬瓜も献立に加え、デザートは夏の定番スイカにしてみました。

冬瓜は体を冷し、熱をさます効果があるとされており、夏バテの予防にも最適です。又とびうおにはビタミンEが多く含まれ強い抗酸化作用があり、がん、心筋梗塞、脳卒中などの生活習慣病を予防する事が期待されています。また、血行障害からくる肩こり、頭痛、冷え性等の症状を改善します。夏にはぜひ食べて頂きたい食品です。

今年の七夕は生憎の雨でしたが、皆さんの願い事が叶いますように・・・