



土用の丑の日に ついて学ぼう!



土用の丑の日ってな~に?

「土用の丑の日」は、昔からの日にちの呼び方のこと
 「土用」は立夏・立秋・立冬・立春それぞれの直前、約18日間の期間のことで、季節の変わり目をあらわしている
 「丑の日」は、十二支（子・丑などの干支）を使った日にち
 「土用の丑の日」は、「土用」の期間の「丑の日」

2022年夏は、
「土用の丑の日」が2回

7月23日と8月4日



「丑の日」とは

数字と動物とを結びつけたのが以下の十二支です。

子（ね）・丑（うし）・寅（とら）・卯（う）・辰（たつ）・巳（み）午（うま）・羊（ひつじ）・申（さる）・酉（とり）・戌（いぬ）・亥（い）

十二支は年だけでなく、月の日にも用いられます。1日目が「子」、2日目が「丑」、3日目が「寅」と続いて12日で一巡し、13日目には「子」にもどります。したがって、約18日目の土用の間には、丑の日が1回だけの場合と2回の場合とがあります。

土用の丑の日になぜ「うなぎ」?

土用の丑の日にうなぎを食べるようになった由来として、巷間によく言われているのは「平賀源内」説です。平賀源内は江戸中期の本草学（薬物に関する学問）者で戯作者。うなぎは冬が旬なため、夏に売り上げが落ちる鰻屋から相談を受けた平賀源内が「丑の日に『う』のつくものを食べると良い」という伝承を引き合いに出し「本日丑の日」と書いた紙を貼りださせたことで、繁盛したため、ほかの鰻屋も真似るようになり、土用の丑の日にうなぎを食べるという風習が出来たというものです。

この説は有名ですが、史実かどうかはわかりません。ただ、江戸時代からの習慣であることは、間違いなようです。



土用の丑の日には、「う」のつく食べ物を食べて精をつけ、無病息災を祈願するものでした

「う」のつくものや黒いもの

うなぎ うどん 梅干し
 胡瓜・西瓜・などの瓜
 黒いものとして「土用しじみ」