健・や・か・サ・ー・ク・ル

旬 霜月11月&師走12月編 旬の食卓



菠薐草 ほうれんそう

主な栄養素

(100g中) 1回使用量80~100g

エネルギー	20kcal
カリウム	690mg
カルシウム	49mg
· 鉄	2.0mg
カロテン	4,200 <i>µ</i> g
ビタミンB1	0.11mg
ビタミンB2	0.2mg
葉酸	210 <i>µ</i> g
ビタミンC	35mg
ビタミンE	2.1mg
ビタミンK	270 <i>µ</i> g
食物繊維	2.8g

主な働き

抵抗力を強化…………… ナトリウムの排出を促す…………かぜ予防 ·高血圧症予防 ・貧血の予防

栄養と働き

ど、ミネラルとともに働く各種ビタミンも豊富に含まれ けるビタミンC、造血作用のある葉酸とビタミンB群な 液中の酸素の運搬に欠かせない成分を持つ鉄の吸収を助 群で、特にβ-カロテンの含有量は野菜のなかでもトッ て美味しくなります。 化の抑制やがん予防に役立つとされています。また、血 ノクラスです。活性酸素に対する抗酸化作用が強く、**老** 緑黄色野菜の代表格であるほうれんそうの栄養価は抜

旬

里芋

薩摩芋(さつまいも)

調理の秘訣

みもあるので捨てずに利用しましょう。 骨の形成に重要なマンガンが豊富に含まれています。 しく赤みが強いものが新鮮です。根元の赤い部分には、 葉先がピンとして葉の色が濃いもの、根元はみずみず

> 旬 果実 えのき なめこ 林檎(りんご) エリンギ マッシュルーム

旬 野菜 白菜 蓮 根 大根 銀杏(ぎんなん) 菠薐草(ほうれんそう) 芋・茸 (れんこん)

寒さをしのぐために糖分を蓄えるので、一層甘みが増し います。一年中出回っていますが、旬である冬のものは. が導入されました。現在は両者の交配種が主流になって 紀頃に中国から東洋種が伝わり、江戸時代後期に西洋種 ある東洋種と、丸葉の西洋種があります。日本には77世

> 鱧 (はも) 柳葉魚(ししゃも) 鯖 (さば) 鮭 (さけ) 鱈子(たらこ) 魚介·海藻

葉に切れ目の

ほうれんそうは西アジア原産の野菜で、

霜月&師走編 +1月 生月

旬 食材一 一覧

資料提供/一般財団法人 愛知健康増進財団

■人間ドックのご案内

当法人会では会員企業向けに健康診断費用の一部助成が受けられ る福利厚生事業を行っています。補助金は1名につき5,000円(年

受診の申し込みは、申込書(法人会ホームページ→福利厚生)に 必要事項を記入してFAXで送信ください。 http://www.meinaka-hojinkai.or.jp





麻/藍挿し・型鹿子

提供/一般財団法人 J. フロント リテイリング史料館

がためて 浅葱地に藍の濃淡と紫の型鹿子に刺繍を加え、流水に菊や萩、薄などの 秋草が咲き乱れるさまをあらわす。目をこらせば、大きく弧を描いた薄に とまる鈴虫と宙に舞う露がみえ、秋の涼やかな気配が感じられる。

背面に三つ、前面に二つ、葵紋を染め抜き、腰から下にかけて模様をあ らわした意匠形式で、武家ではこれを「紋裾」と呼んで総模様の小袖や帷 子と区別した。後に御所解·江戸解とよばれた風景模様に近いが、紋裾に は古典文学に拠らない草花や流水などの反復模様も用いられた。紀州徳川 家伝来。

次号は、「石橋模様小袖」です。

松坂屋史料室展示の案内

第43回企画展 松坂屋コレクション「KIMONO-動物模様」 会期/開催中~令和2年11月23日(火)

第44回企画展「松坂屋の年賀状」

会期/令和2年11月29日(金)~令和3年2月24日(月·祝) ※会期・タイトル等変更になる場合がございます。

約一万点に及ぶ「松坂屋コレクション」は、呉服デザイ ンのために収集された経緯から、松坂屋では近年までほぼ 社外秘の扱いとなっていましたが、平成20年(2008)に開 催した「小袖 江戸のオートクチュール」をきっかけに一 般公開されました。

J.フロント リテイリング史料館は、染織参考館の閉鎖で 京都から名古屋に移管されたのを機に、日本の染織文化の 発展に貢献することを理念に設立しました。

松坂屋美術館に隣接する松坂屋史料室では、①呉服デザ イン・意匠・史料 ②大丸松坂屋百貨店の創業・歴史に関 係する史料など、テーマを設定した展示を開催しています。

今昔美味求旬雑論雑談話

旬(しゅん)と旬(じゅん)・新米

会友 山田 昇平氏(㈱大須ういろ 名古屋中法人会 元副会長)





今年の新米



刈り入れ間近の稲穂

- ──「齢七旬に余る」親父さんは益々健康で、口も肥えその上、口もうるさくなって、おめでたい事で……。
- ――口うるさいは余分だぞ!ところでその旬は十年の意味 だが、本来は十日一めぐり、一ヶ月を三分した時のそれぞ れの十日間のことを指すのはお前も知ってるだろう。
- ――その旬が「孟旬」即ちめしを盛るわんから転じてたべものの時候、季節となって「しゅん」という言葉が使われるようになったとか……。
- ――そう言われて居るな。特に魚、貝、野菜、果物など出盛りの時期、言ってみれば、一番熟した時節、最も味のよい季節はやはり十日間を限度としたものだろうからな。
- ――そうですね。だから献立を一週間乃至十日で旬のものを取り入れたのに変える訳ですね。尤も今の様に温室物や輸入ものが増えて年中何でも食卓に上がるようでは旬どころではなくなってしまいますねぇ。
- ――「お江戸に産まれた衆は豆が何時出来る物やら、芋は 何時に実の入るものやら、旬をしりませぬ」と「浮世風呂」

- の作者が既に江戸時代に嘆いて居たが、当節は正に「旬無 し」の時代になったと言っても過言ではあるまい。
- 一違いねえ。楠本憲吉先生の言われている四季の味――春は苦味(蕗のとう、わらび、ぜんまい、木の芽、さざえ等のほろ苦いもの)、夏は酸味(夏みかんや酢の物)、秋は滋味(さわやかな材料そのものの味を活かすもの、さんま、かれい、新米、栗、秋なす、松茸、牡蠣等)、冬は甘味(鍋物、ふろふき大根、味噌田楽等)といった我国の風土に合った「日本の味」もやはり本物の旬のもので無くては味わえませんからねえ。
- ――先生の言われる風味(口の奥から舌にかけて香りが通じ、一体として感ぜられる味わい)なんて言う日本独特の言葉なんかは路地物で無くては味わえないだろうからな。
- ――ところでその秋の味の一つの薪来のことですが、薪来 と古米の区別は?
- ――米には財政で言う会計年度と同じ様に稲作の一年間の 単位を表す「米穀年度」というものがあるのさ。前者は四





月一日から始まるが米穀年度は十一月からの一年間を指す もので、新米、古米の区別はこれを基準としているから、今 年収穫された米は、来年の十一月一日をもって古米になる 訳さ。

――なーる程。新米社員も一年経つと後輩が入社して来るから何時迄も初心者では居られない訳か。

――二千年の歴史を持つ米食生活と文化の我が国では五節 旬を始めとする日本人の年中行事は殆ど稲作の暦に従って 居るし、米を尊ぶ気持ちは米の呼び名にも表れているのを 知っているかい?

――米はお百姓さんが八十八度も手間かけてつくった尊い 食べ物だから八十八という字をひとつにまとめたものとは よくおばあさんから聞きましたが。

――めし「めし」とか「しゃり」という言葉を聞いたろう? ――同じ釜のめしを食った仲とか、めしの食い上げとかめ しの種にするのめしはその意味では"ライス"とは違ったニュアンスがありますね。 ――古代は米を蒸したのでそれが訛って「めし」になった との説があるが、本来は神が、或いは貴い人が召し給う貴 重なものというのが米を信仰して暮らして来た日本人には 定着しているな。

――では、よく寿司屋でいう「しゃり」とか「菩薩」の意味は?

――「しゃり」とは舎利――仏陀の骨のことを仏教用語で呼ぶが――仏や聖者を火葬したあとに残った骨が米粒によく似ていることと同時に尊いものという意味から貴重品の米に「舎利」とか「菩薩」と呼び名をつけた訳さ。

――分かりました。「女房と米の飯には飽かぬ」という諺を よく噛みしめてこの辺で米のエッセンスで乾杯と……。

一参ったえ。お前さんには。ちっとも分かっちゃいないくせに……マァ、いいや。

(中法人会広報誌 昭和63年(1988)秋号より転載)

訂正 2020夏号は昭和62年(1987)の掲載記事です。

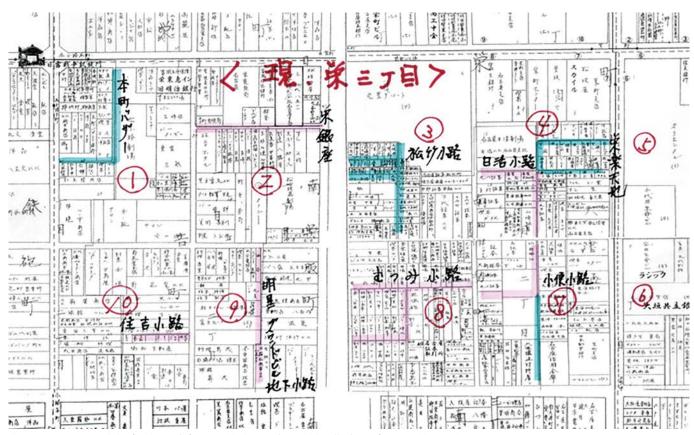
S A L O M

「住吉の語り部となりたい」―②

栄ミナミ(住吉地区)の路地裏変遷

料亭つたも会長・深田 正雄

戦後の住吉界隈は、個人営業の飲食店が密集する繁華街として発展してきました。広小路通りには柳の街路樹とともに200店を超える屋台が並び、復興土地区画整理事業によってすべての街区に夜の営業を中心とした飲み屋の路地通りが形成されました。2019年3月、名古屋都市センターから「名古屋都心における路地的空間の形成可能性の基礎研究」(調査課・中島壮太朗氏刊)という名のユニークな研究報告書が発表されましたので、そちらを引用しつつ、栄の魅力向上の要素として変遷を紹介してまいります。中島氏研究によれば、栄住吉地区8つの街区内に5つの路地が存在しており、名称のある「栄小路・むつみ小路・住吉小路」ほか、下記地図から戦後の変遷を語っていきたいと思います。



栄3丁目1~10番地(昭和34年) 路地地図。青色路地は撤去、ピンク路地は現存

①栄3丁目-1番街区

戦災で丸焼けになりましたが、広小路西「吉田ビル」と 東角の「富国生命ビル」は鉄筋だったため外部や躯体が残 り、その間に広小路劇場がオープン。劇場周辺が大きな路 地を形成して"本町バザー"と呼んでいました。

路地内には劇場前広場が形成され、釣り堀や露店街とし

ても親しまれていました。オシャレなカウンターと壁面鏡張り「喫茶CA」、舶来品カメラ「もみじや」、広小路キャンディーストアなど、進駐軍文化を感じさせるアーケードも西の本町通りにつながっていました。

富国生命跡地は赤玉パチンコ、キャバレー赤玉会館と山 田泰吉翁の戦後創業の地といえます。

②栄3丁目2番「栄銀座」





栄小路看板・奥が丸善跡地と明治屋ビル(左) 路地の元八幡屋跡地、現存する中華・夜香来

終戦後に建物が建てられ路地が形成されたようで栄小路とよばれ、幅員 $2 \sim 3$ m 直線型、延長89m、当時からあるお店は「中華料理・夜来香」のみとなりました。

北側の丸善は2012年閉店、現在は駐車場となり路地がオープン通りとなってしまいました。路地全体が7筆の土地で共同所有もあり、土地所有者は37名、建物の所有者は21名となっています。西南角の住吉ホテルとんかつ八千代中店が有名でした。割烹八幡屋さんは一昨年まで営業されていました。

北側の丸善・明治屋はダイテックホールディングが取得 後、取り壊され、現在はコインパーキングとなっています が、最高級ホテル「リッツカールトン」が進出とのこと。南 の路地・栄小路との調和と融合がいかになるか楽しみです。

(詳しくは、住吉の語り部第56号栄小路「栄銀座」には夜 来香が健在です!)

http://www.fukkatu-nagoya.com/sumiyoshi-kataribe/vol56.html

③栄3丁目3番「松竹小路」

向かいの栄銀座南に「松竹映画劇場」(現在のパチンコ・ キング観光)があったので名付けられた全てが飲食店、コ の字型小路。

入口の伍味酉、カレートリオ、金鯱山など思い出深い名 店が並んでいましたが、昭和59年丸栄の南館建設に伴いな くなってしまいました。

(詳しくは、住吉の語り部第55回名門路地「松竹小路」と

懐かしのトリオカレー!)

http://www.fukkatu-nagoya.com/sumiyoshi-kataribe/vol55.html

日活映画劇場南の小路のみ現存、幅員約4m、延長668m 「L字型」が残っています。かつては栄NOVAのところに 「栄楽天地」路地が2本、南大津通に通じた飲み屋街で、多 くの証券マンで賑わっていました。

⑦栄3丁目7番





旧日活小路:突き当りに日活映画館がありました(左)日の出写真館より「小便小路」

名前はなく、奥に空き地が多いため酔客の放尿場所、地元の子供は「小便小路」と呼んでいました。

日の出写真館から南に幅2.5~4m、約80mのT字型路地で手形割引、個人金融(サラ金)、才取業などの小規模なチョット怖そうな業態が多く、飲食店はあまり見当たりませんでした。

⑧栄3丁目8番「むつみ小路」

戦前から現存する栄地区最大の路地。幅3~4m、約135mY字型の路地です。全体が12筆にまたがって、西側は5号道路指定であり、東側は㈱平和不動産の非道路となっています。