

# 二十四節氣と長崎の行事食

古 賀 克 彦

Relationship between the Twenty-Four Solar Terms and Festive Cuisine in Nagasaki.

Katsuhiko KOGA

長崎女子短期大学紀要 第49号 令和5年度 別刷

*Reprinted form*

Nagasaki Women's Junior College Annual Report of Studies, 49 : 36 - 41

2024

研究報告

## 二十四節気と長崎の行事食

古 賀 克 彦

Relationship between the Twenty-Four Solar Terms and Festive Cuisine in Nagasaki.

Katsuhiko KOGA

### 1. はじめに

行事食とは、特定の行事や祝祭などの非日常（ハレ）において、その時期や状況に応じて特別に用意される料理や食べ物のことを指す。行事食は祭りや宗教行事、季節の変化などに、特定の料理や食べ物が結びついており、特別な日や行事には、特有の食べ物を楽しむことが伝統となっている。また、これらの行事食は特定の文化や地域の習慣に基づいており、長崎には長崎独自の行事食が存在している。

行事食は様々な暦や季節、宗教行事と関連付けられているが、暦の一つである二十四節気との関連もみられる。二十四節気は、太陽の動きに基づいて、1年を24の節目に区切った伝統的な暦の一つであり、四季がはっきりとした日本の文化にも根付いている。そこで今回、二十四節気と長崎の行事食の関係について調査を行ったので以下に報告する。

### 2. 二十四節気について

#### 2.1. 二十四節気の成り立ち

二十四節気は、太陽が黄道上の分点（春分・秋分）と至点（夏至・冬至）から出て再び各点に戻ってくるまでの周期、つまり太陽暦の1年間を24等分したものである。立春から数え始めて奇数番目のグループを節気（節）、偶数番目のグループを中気（中）と呼び、一年を12の節気と12の中気に分類している（表1）。

表1 二十四節気の節気と中気

月名	子月 (11月)	丑月 (12月)	寅月 (1月)	卯月 (2月)	辰月 (3月)	巳月 (4月)
節気	大雪	小寒	立春	啓蟄	清明	立夏
中気	冬至	大寒	雨水	春分	穀雨	小満
月名	午月 (5月)	未月 (6月)	申月 (7月)	酉月 (8月)	戌月 (9月)	亥月 (10月)
節気	芒種	小暑	立秋	白露	寒露	立冬
中気	夏至	大暑	処暑	秋分	霜降	小雪

その二十四節気のなかで、昼の時間が最も長い日を夏至、昼の時間が最も短い日を冬至といい、これを併せて「二至」という。また、冬至の次に昼と夜の時間が等しくなる日を春分、夏至の次に昼と夜の時間が等しくなる日を秋分といい、これらの二つを合わせて「二分」という。これら夏至、冬至の二至と、春分、秋分の二分を合わせて二至二分といい、太陽の動きの節目となっている。

また、冬至と春分の中間の節を立春、春分と夏至の中間の節を立夏、夏至と秋分中間の節を立秋、秋分と冬至の中間の節を立冬という。立春、立夏、立秋、立冬を合わせて四立といい、季節が移り替わる境目となっている。

この、二至二分と四立合わせて八節といい、二十四節気の中でも季節の変化や農作業を行う時期などを示す大切な暦となっている。

二十四節気の起源は、中国の紀元前4世紀ごろまでさかのぼる。当時の中国では、月の満ち欠けの周期を基にした太陰暦が使われていた。太陰暦の一年は、太陽の動きを基にした太陽暦の一年よりも短いため、太陰暦を使い続けると暦と季節の間にずれが生じることとなった。そこで、太陽の動きを基にした二十四節気を暦と併用することと

なり、実際の季節の目安とした。

日本に二十四節気が最初に伝わったのは、奈良時代から平安時代初期にかけてとされている。当時の日本は中国から文化や技術を多く取り入れており、中国の暦の一つである二十四節気もその一つとして伝来した。なお、この時期に伝統的な年中行事を行う季節の節目を示す暦の一つとして、節句（節日）も伝わった。中国から伝来した二十四節気であるが、中国の季節を基に作られており、日本の季節とは違う部分もあったため、二十四節気のほかに、季節の分けを示す、節分、彼岸、社日、八十八夜、入梅、半夏生、土用、二百十日、二百二十日などを雑節として取り入れた。その為、平安時代以降は、当時すでに使用されていた太陰暦に加えて、季節の目安を知るために二十四節気や雑節が併用された。この暦と季節のずれは、明治6年に太陽の軌道を基としたグレゴリオ暦に改暦するまで続いた。そのため現在のグレゴリオ暦の日付と二十四節気の日付のズレはほぼない。

## 2.2. 二十四節気各節気について

二十四節気では、節気から次の節気の前日までの間を一カ月としており、この区切りを節切り（節月）という。立春から立夏までが春、立夏から立秋までが夏、立秋から立冬までが秋、立冬から立春までが冬とされている。以下に二十四節気各節気について説明する。

### 2.2.1. 立春（りっしゅん）

2月4日から2月17日頃で、季節は春。暦の上で春が始まる時期で、陽気が徐々に暖かくなる時期。

### 2.2.2. 雨水（うすい）

2月18日から3月4日頃で、季節は春。降雪が雨に変わり、草木から芽が出始める時期。

### 2.2.3. 啓蟄（けいちつ）

3月5日から3月19日頃で、季節は春。土の中の虫が冬眠から目覚め動き出す時期。

### 2.2.4. 春分（しゅんぶん）

3月20日から4月3日頃で、季節は春。太陽が真東から出て真西に沈むため昼と夜の長さがほぼ等しくなる時期。この日を中心に前後3日間ずつを加えた7日間が春の彼岸となる。

### 2.2.5. 清明（せいめい）

4月4日から4月18日頃で、季節は春。自然が清浄で明るい空気に満ち溢れる時期。

### 2.2.6. 穀雨（こくう）

4月19日から5月4日頃で、季節は春。多くの雨が降り農作物が成長する時期。

### 2.2.7. 立夏（りっか）

5月5日から5月19日頃で、季節は夏。暦の上では夏が始まり、気温が上昇してくる時期。

### 2.2.8. 小満（しょうまん）

5月20日から6月4日頃で、季節は夏。作物が次第に成長し、満ちてくる時期。

### 2.2.9. 芒種（ぼうしゅ）

6月5日から6月20日頃で、季節は夏。稲などの芒（のぎ：穂の意味）がある農作物の種まきの時期。

### 2.2.10. 夏至（げし）

6月21日から7月6日頃で、季節は夏。一年で最も日中の時間が長くなり、夜が短くなる時期。

### 2.2.11. 小暑（しょうしょ）

7月7日から7月22日頃で、季節は夏。梅雨が明けて本格的に夏に向かう時期。

### 2.2.12. 大暑（たいしょ）

7月23日から8月6日頃で、季節は夏。夏の暑さが最も厳しくなる時期。

### 2.2.13. 立秋（りっしゅう）

8月7日から8月22日頃で、季節は秋。秋の始

まりで、秋の気配が感じられる時期。

#### 2.2.14. 処暑 (しょしょ)

8月23日から9月6日頃で、季節は秋。暑さが少し和らぐ時期。

#### 2.2.15. 白露 (はくろ)

9月7日から9月22日頃で、季節は秋。気温が低くなり夜露が見られ始める時期。秋の3カ月の中間なので「中秋」ともいう。

#### 2.2.16. 秋分 (しゅうぶん)

9月23日から10月7日頃で、季節は秋。太陽が真東から出て真西に沈むため昼と夜の長さがほぼ等しくなる時期。この日を中心に前後3日間ずつを加えた7日間が秋の彼岸となる。

#### 2.2.17. 寒露 (かんろ)

10月8日から10月22日頃で、季節は秋。露が冷たく感じられる時期。秋の3か月の終わりの時期のため「晩秋」とも呼ばれる時期。

#### 2.2.18. 霜降 (そうこう)

10月23日から11月6日頃で、季節は秋。夜になると冷え込み。霜が降り始める時期。

#### 2.2.19. 立冬 (りっとう)

11月7日から11月21日頃で、季節は冬。冬の気配が感じられ、冬の始まりの時期。

#### 2.2.20. 小雪 (しょうせつ)

11月22日から12月6日頃で、季節は冬。雪が降り始めるころで、寒さが感じられる時期。

#### 2.2.21. 大雪 (たいせつ)

12月7日から12月21日頃で、季節は冬。本格的に雪が降り始める時期。冬の3か月の中間の時期のため「中冬」ともいう。

#### 2.2.22. 冬至 (とうじ)

12月22日から1月5日頃で、季節は冬。一年で

最も日中の時間が短くなり、夜が長くなる時期。

#### 2.2.23. 小寒 (しょうかん)

1月6日から1月19日頃で、季節は冬。寒さが厳しさを増してくる時期。

#### 2.2.24. 大寒 (たいかん)

1月20日から2月3日頃で、季節は冬。一年で最も寒さが厳しい時期。

### 2.3. 雑節について

中国で太陽の動きを基に季節の移り変わりを示す暦として生まれた二十四節気であるが、中国と日本の季節では違いがあった。そのため二十四節気の他に、日本での季節の区分けを示す雑節が作られた。以下に代表的な雑節を示す。

#### 2.3.1. 節分 (せつぶん)

節分は各季節の始まりである立春、立夏、立秋、立冬の前日を指し、『季節を分ける』の意味もある。最近では立春の前日を指すことが多いが、正式には年4回の節分がある。季節の変わり目には邪気が生じると考えられていたため、邪気払いの行事が行われていた。

#### 2.3.2. 彼岸 (ひがん)

彼岸は春分と秋分をそれぞれ中日として、前日3日と後日3日を合わせた7日間を指す。この時期に行う仏教行事を彼岸会といい、江戸時代に庶民の間に一般化した。

#### 2.3.3. 社日 (しゃにち、しゃじつ)

社日は、春分、秋分に最も近い戌の日を指し、春の社日を春社 (しゅんしゃ)、秋の社日を秋社 (しゅうしゃ) ともいう。土の神様 (産土神) を祭って、春は五穀豊穡を祈り、秋は収穫のお礼参りをする。

#### 2.3.4. 八十八夜 (はちじゅうはちや)

立春から数えて88日目にあたり、5月1日頃ごろになる。播種や茶摘みの最適な時期とされている。

る。また、「八十八夜の別れ霜」とも言われ、この時期以降は霜が降りないとも言われている。

### 2.3.5. 入梅(にゅうばい、ついでり、つゆいり)

太陽の黄経が80度に達した時期をいい、グレゴリオ暦では6月10日頃を指す。この頃から梅雨の時期に入る。

### 2.3.6. 半夏生(はんげしょう)

夏至から11日目の日にあたり、現在では7月1日頃。梅雨が明ける時期で、田植えを終える時期ともされている。

### 2.3.7. 土用(どよう)

立夏の前の18日間を春の土用、立秋の前の18日間を夏の土用、立冬の前の18日間を秋の土用、立春の前の18日間を冬の土用といい、それぞれ初めの日を「土用の入り」と呼ぶ。また土用の最終日は立春、立夏、立秋、立冬の前日で節分となる。

### 2.3.8. 二百十日(にひゃくとおか)

立春から数えて210日目で、グレゴリオ暦で9月1日頃である。稲が開花する時期で台風襲来の時期にあたるため、農家では厄日として警戒する。

### 2.3.9. 二百二十日(にひゃくはつか)

立春から数えて220日目で、グレゴリオ暦で9月10日頃である。台風襲来の時期にあたり、八朔(旧暦8月1日)、二百十日と合わせて農家の三大厄日とされている。

## 3. 二十四節気と長崎の行事食

二十四節気各節気における長崎の行事食について以下に記す。

### 3.1. 節分

節分は雑節のひとつで、本来は二十四節気の立春、立夏、立秋、立冬のそれぞれ前日の夜のことを指す。しかし江戸時代の頃から立春の前日を指すことが多くなった。グレゴリオ暦において節分は毎年ほぼ同じ日となるが、太陰暦では毎年異なる

日となり、節分が12月下旬から1月上旬のいずれかの日となった。そのため旧暦の年末に節分を迎えることもあり、これを年内節分と言った。

節分では神棚に祀った一升榊の煎り大豆を下げ、「福は内、鬼は外」と唱えながら家の各部屋や台所、便所、家の外に撒いた。その後、撒いた煎り豆を拾って数え年の数だけ食べた。煎り豆を使用する理由としては諸説あり、家の土間にまかれた豆から芽が出ると災いが起こるため煎り豆を使用している説や、「豆を炒る」を「魔目を射る」にかけている説などがある。また長崎の節分では大きなものを食べて子供の健康を願った。赤大根の鱈(なます)は赤大根を鬼の腕に見立て「たくましく育つように」との願いを込めた。鯨の百尋は勇魚(いさな)と呼ばれる鯨にあやかって「大きく育つように」との願いを込めた。また、金頭(カナガシラ、ガッツ)の煮付けは、「お金に不自由しないように」や、「赤ちゃんの首が座るように」との願いを込めた、尺八いか(トッポイカ)の煮付けは、「貯えが出来るように」との願いを込めた。

### 3.2. 彼岸(彼岸会)

3月20日頃の春分の日を中心に、前後3日間ずつを加えた7日間が春の彼岸(彼岸会)、9月23日頃の秋分の日を中心に前後3日間ずつを加えた7日間が秋の彼岸(彼岸会)となる。彼岸会は仏事の一つで、墓参りをしたり、寺院で法要を行ったりすることで、ご先祖の霊を祀り、その成仏を祈る風習である。彼岸の際にお墓や仏壇には、春は牡丹餅(ぼたもち)、秋は御萩(おはぎ)を供える。牡丹餅と御萩は同じものであり、それぞれの季節に咲く牡丹と萩の花に由来している。

お彼岸に食べる食事としては精進料理があるが、長崎の唐寺では、黄檗宗の精進料理である普茶料理が提供されていた記録がある。

### 3.3. 清明祭

清明祭は二十四節気の清明節、グレゴリオ暦で4月5日頃に行われる。長崎の唐人屋敷に在住の唐人が唐寺を参拝したり、墓参りをしたりし先

祖の供養を行った。墓には肉料理や魚料理を供えた。現在の長崎ではこの行事はあまり見られないが、現在でも中国の影響を大きく受けた沖縄県では清明の時期に墓参りを行い、墓前で食事をする清明（シーミー）という行事が伝わっている。

### 3.4. 土 用

土用とは四季の四立の直前の18日間を指し、立夏の前の18日間を春の土用、立秋の前の18日間を夏の土用、立冬の前の18日間を秋の土用、立春の前の18日間を冬の土用とする。春の土用の丑の日には「い」のつく食べ物、夏の土用の丑の日には「う」のつく食べ物、秋の土用の丑の日には「た」のつく食べ物、冬の土用の丑の日には「ひ」のつく食べ物を食べると体に良いとされている。夏の土用の丑の日に「うなぎ」を食べるのはこのためであるが、瓜や梅干し、饅頭等でも構わないとされている。

### 3.5. 中秋の名月

二十四節気の白露の時期は、秋の3か月の中間なので「中秋」とも呼ぶ。旧暦で中秋は8月15日を指しており、この夜の月は名月として月見を行った。各家庭では里芋の塩茹でや、団子等を祭壇に供える。また、江戸時代には琉球芋（じゅうきいも：さつまいも）や、南京芋（じゃがいも）の煮物を供えていたので、芋名月とも呼んだ。

### 3.6. 冬 至

冬至には南瓜（かぼちゃ）や小豆を食べ、ゆず湯に入る。冬至には「ん」のつく食べものを食べると幸運につながるとされており、南瓜（なんきん）、蓮根（れんこん）、牛蒡（ごんぼ）、人参（にんじん）、銀杏（ぎんなん）、蒟蒻（こんにゃく）、金柑（きんかん）、饅頭（うんどん）などを食べる。

長崎の旧商家では冬至の日に床の間に関帝の像や掛け軸を飾り、ぜんざい（善財餅）を供えた。関帝は劉備玄德の家臣であった関羽が神格化されたもので、武神であり学業や商売の神様とされている。この習慣は唐人屋敷に居住する唐人から長

崎の商人に伝わったとされる。現在でも唐人屋敷の観音堂には観世音菩薩と並んで関帝が祀られている。

また、冬至の時期はキリスト教のクリスマスに近い。そのため、江戸時代に幕府によるキリスト教禁教令でクリスマスを祝えなかった長崎の出島在住のオランダ人は、冬至の祝いに見せかけクリスマス祝った。これを阿蘭陀冬至という。

## 4. 考 察

二十四節気は中国や日本の暦の一つで、季節の区切りを示す24の節気のことを指す。これらの節気は、太陽の動きや季節の変化に基づいており、一年を通して農作業や行事等を行う際の基準とされている。この二十四節気には多くの行事食が関連付けられていた。この二十四節気の行事食は伝統や文化の一部となっており、後世に伝えることにより、その土地の文化や歴史だけではなく、先人が伝えたい想いも継承することができると思われた。

二十四節気を知ることは、季節ごとに変わる食べ物を知ることになり、その時期に最も豊かな食材を活かし、地域の資源を有効に活用するための知恵や技術を得ることにもつながる。

健康面においても各節気に合わせた季節の旬の食材や料理を摂取することは、栄養価が高く、体にも良いものと思われる。そのため二十四節気を知ることは、健康を維持する手助けにもなると思われる。

また、二十四節気に基づく行事を地域で行ったり、家族で行事食を食べたりすることは、地域社会や家族の繋がりを深めるきっかけとなる。特定の時期に特有の行事や食べ物を皆で共有することにより、地域や家族の一体感を形成することも期待できる。

このように二十四節気とその行事食を後世に伝えることは、単なる食文化や風習の伝承を超えて、地域社会の継続的な発展や文化の豊かさに寄与している。今後も多くの人達に二十四節気や、関連する長崎の行事食を伝えていきたい。

参考文献

- ・越中哲也：長崎純心大学博物館研究第四輯 長崎学・食の文化誌、長崎純心大学博物館（1995）
- ・越中哲也：長崎純心大学博物館研究第五輯 長崎学・續食の文化誌 長崎純心大学博物館（1996）
- ・越中哲也：長崎純心大学博物館研究第11輯 長崎学・續々食の文化誌 長崎純心大学博物館（2002）
- ・嘉村国男：長崎辞典 風俗文化編、(株)長崎文献社（1988）
- ・嘉村国男：長崎町人誌 第三卷、さまざまなくらし編 食の部、(株)長崎文献社（1995）
- ・嘉村国男：長崎町人誌 第四卷 さまざまなくらし編 食の部Ⅱ、(株)長崎文献社（1996）
- ・国立国会図書館：日本の暦、  
<https://www.ndl.go.jp/koyomi/index.html>
- ・長崎県 編：長崎県文化百選 3 事始め編、長崎新聞社（1997）
- ・蓮見清一：旧暦で楽しむ日本の四季 二十四節気と七十二候、(株)宝島社（2013）
- ・脇山順子：長崎料理 百花繚乱ふるさとの味、長崎新聞社（2005）
- ・脇山壽子：長崎年中行事抄 脇山家おぼえ書きより、(株)インテックス（2010）
- ・和田常子：長崎料理史、(株)柴田書店（1958）
- ・新村出：広辞苑 第六版、(株)岩波書店（2008）