

### 今回のテーマ 重陽の節句

9月9日は五節句の一つ『重陽(ちょうよう)の節句』です。重陽の節句は、五節句を締めくくる行事として、昔は最も盛んだったといわれています。

#### 重陽(ちょうよう)の節句とは？

重陽の節句は、平安時代の始めに中国から伝わったとされています。

縁起の良い数字とされる奇数のことを陽数といわれていますが、中でも一番大きな陽数が重なる9月9日を、陽が重なりと書いて『重陽の節句』と定め、不老長寿や無病息災を願う行事として行ってきました。

旧暦では、菊の花が咲く季節であることから別名『菊の節句』とも呼ばれています。古来中国には、菊の花からしたたる露が川に落ち、その川の水を飲んだ者が長寿になったという『菊水伝説』があります。

薬効の植物とされてきた菊が、平安時代に日本にも語り継がれ、今でも不老長寿を願い邪気を払う花として定着しています。

#### 重陽の節句の楽しみ方

##### 長寿を願う『菊酒』

重陽の節句では、身体の中にある邪気を払い、不老長寿を願って菊酒を嗜みます。

元は菊を漬け込んで作っていたそうですが、お家で手軽に楽しむなら菊の花びらをお酒に浮かべてみるだけでもいいですね♪



##### 行事食『栗ご飯』

秋の収穫を祝う行事食で、江戸時代から『栗の節句』と言われるほど、栗ご飯は重陽の節句にかかせない食べ物だそうです。栗は『山の新米』と呼ばれるくらい栄養価が非常に高い食べ物だそうですよ🍠



住宅リフォーム・福祉用具以外・販売

**株式会社ハピネス**

【指定事業所番号：1670202298】

富山県高岡市野村 1355-9

☎：(0766)54-6114

FAX：(0766)54-6214



Instagram

今では五節句の中でも一番馴染みが薄いものになっていますが、五節句の締めくくりであり、最も縁起の良い日とされているんですね😊行事食を楽しみながら皆で無病息災を願いましょう😊