



我が家で楽しむ鰻の小どんぶり

ここ最近の夏の暑さ
荒々しく、涼々

今年の夏は、よく鰻を受けている。「ふる（うなぎ）」を食べた。**さと納税**を通じて、冷凍の鰻のかば焼きであるが、湯せんして温めるだけにもかかわらず旨い。夏の暑いなか、ぐらい手軽に旨いものが食えるのはありがたい。

鰻のかば焼きは、東京に住む長女から「ふるさと納税の返礼品」ということで送られてきた。返礼品は、納税者が送付先を選べるという。コロナ禍で高級食材の販売は大打撃

7月から8月の伏日（ふくび）、初伏・中伏・末伏と呼ばれる日に参鶏湯を食べ、しっかりと汗をかき、精をつける。

韓国では夏に3回

害対策に取り組んでいた。新型コロナウイルス被選んだという。

夏の土用の丑（うし）の日に食す鰻。今年は7月21日と8月2日の2回あつた。「う」のつ

韓国出身の友人が、「以熱治熱（イヨルチヨル）」という四字熟語を教えてくれた。熱するものが古来からの風習。鰻を食べるようになつたのは江戸時代からで、平賀源内が鰻の販売促進のために発案

したという説が有力らしい。



藤屋 侃士
(下松市幸ヶ丘)
689

お隣の国、韓国では、土用の鰻にあたるのが参鶏湯（サムゲタン）。丸ごとの鶏の腹に、もち米、高麗人参、ナツメ、ニンニクなどを詰めて煮込んだスープである。

韓国を旅した際に、

名物料理ということで

参鶏湯を食べたが、

熱々のスープは、冬の

料理と思っていた。

韓国では夏に3回

7月から8月の伏日

（ふくび）、初伏・中伏・

末伏と呼ばれる日に参

鶏湯を食べ、しっかりと

汗をかき、精をつける。

真夏のさなかに、と

ししい健康法である。

は異常とも言えるほど

だ。80歳を越えた体に

り置いていた「しよう

が湯」を飲んでみた。

しかし、クーラーも

クーラーの効いた部屋

では、汗がダラダラ出

代、夏場を乗り切るの

は大変だった。暦（こ

よみ）と合わせて、食

で夏を乗り切ってきた

先人たちの知恵に感服

する。

