

かしわ もち

# 柏餅

## Nutrition News 4月



### ◎端午の節句に柏餅を食べる理由と柏餅の別名について◎

かしわもち じょうしん こ つく もち なか あん い ひら まるがた あと かしわ は つつ とくちょう かしわ は しょか  
 柏餅は上新粉で作った餅の中に餡を入れ、平たく丸型にした後、柏の葉で包むのが特徴です。この柏の葉は初夏になり  
 しんめ で らくよう かけい た しそんはんえい えんぎ よい いみ ぜんごくかくち たんご せつく  
 新芽が出るまでは落葉しないことから「家系が絶えない」、「子孫繁栄」という縁起の良い意味をもち、全国各地で端午の節句  
 た ふうしゅう みせ たんご せつく ちか がつちゅうじゆんごろ はんばい はじ おお ちいき  
 に食べる風習があります。お店では端午の節句が近づいてきた 4月中旬頃から販売され始めることが多いですが、地域によって  
 たんご せつく いがい じま た とごころ たと がつごころ だるお た う ろう ぎょうじ た  
 は端午の節句以外の時期に食べる所もあります。例えば、6-7月頃に「泥落とし」という田植えの労をねぎらう行事として食べる  
 ちいき さい だるお たんご よ がつごころ かしわもち べつめい たすうそんざい もち ひろしまけん  
 地域もあり、その際は「泥落とし団子」と呼ぶこともあるそうです。その他にも柏餅の別名は多数存在し、「しば餅(広島県など)」  
 もち ひょうごけん たんご かごしまけん ちいき とくしよく めいしやう もち かしわ  
 や「いびつ餅(兵庫県など)」、「かからん団子(鹿児島県など)」など地域ごとに特色のある名称が用いられています。また、柏の  
 じせい すく きんきけんいせい か は もち おお は おお もち つつ かつた こと  
 自生が少ない近畿圏以西では、代わりにサルトリイバラの葉が用いられることが多いです。葉の大きさによって餅の包み方が異な  
 り、柏の葉では『包む』、サルトリイバラの葉では『挟む』ことが多いようです。



かしわ は おも ひがしにほん  
柏の葉 (主に東日本)



は おも にしにほん  
サルトリイバラの葉 (主に西日本)



### ◎ 柏の葉が緑色と茶色の 2色ある理由について ◎

たんご せつく かしわもち た ふうしゅう えどじだい ころ きゅうれき いわ じま げんざい がつごころ  
 端午の節句に柏餅を食べる風習は江戸時代からあり、その頃は旧暦<sup>※1</sup>で祝われていました。その時期は現在でいうと6月頃にな  
 るため柏の葉が新緑を迎え、柏餅も緑色の葉で包まれていましたが、明治時代になった頃、日本では海外文化を取り入れ始めたこ  
 とで新暦<sup>※2</sup>に変わり、端午の節句も1ヶ月ほど前倒しとなりました。新暦の場合は柏の葉が旧暦のときの半分程度の大きさにしかな  
 っておらず、柏餅を包めないため、柏餅屋では前年に収穫した葉を保存しておこうと考えました。その際、蒸して殺菌してから保存し  
 ていたため、明治時代からは葉の色が茶色に変わっていきました。現代では、殺菌方法が多様化し、真空包装の技術も向上したた  
 め、葉を緑色のまま保存しておけるようになりました。緑色の葉は見た目が鮮やかに仕上がりますが、香りも強くなります。そのため、お  
 みせ でんどうてき ちやいろ は かしわもち つつ  
 店によってはあえて伝統的な茶色の葉で柏餅を包んでいるところもあります。

※1 旧暦:1年が354日 ※2 新暦:1年が365日