

# えいよう通信

平成21年 獨協医科大学病院  
10月号 栄養部



## お知らせ

31日に塩分0%の「無塩梅干し」が出ます



毎日多くの私物が下膳されています  
再度私物が乗っていないか確認してから  
下膳しましょう

今月の行事食  
1日 誕生日祝食  
3日 お月見メニュー  
(ゼリーがつきます)  
12日 体育の日  
(栗ごはんが出ます)  
※食種によって異なります



10月3日は「十五夜」です

## 十五夜

- 一年のうちで最も美しい満月(中秋の名月)の夜
- 月見の日と同時に秋の収穫を感謝する日でもあった

## 初穂祭

- 五穀豊穰を祝い、秋の収穫を感謝するという農耕行事
- 欠けたところのない十五夜の満月は、農作物の実りが豊かなことの象徴だった

## 団子

- 団子が供えられるようになったのは、江戸時代から
- それまでは里芋が供えられていた
- もともとは小麦粉を捏ねて中に餡を入れ、丸く焼いたもの

## 里芋

- 米が主食になる前は芋が主食だったため
- 村で作られ、一株から次々増えていくため子孫繁栄を表わしていたため

## 秋です

皆さんは「○○の秋」と言ったら何を  
思い浮かべますか？

「食欲の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」「天高く馬肥ゆる秋」など

なぜ、「天高く馬肥ゆる秋」というのでしょうか??

## 「天高く馬肥ゆる秋」の由来

- 辞書には「空は澄み渡って晴れ、馬が食欲を増し、肥えてたくましくなる秋」という意味と載っています。
- 元は、中国北西部の農民の諺で「秋になると夏の間につづり草を食べた屈強な馬に乗って農作物などを略奪に来る“匈奴”(遊牧民)を恐れて出来た言葉」だと言われています。

この記事に関する問い合わせは、内線3200まで