

11月 の 今日は何の日

日	名称	内容
	立冬(りっとう)	二十四節気 これから冬に入る初めの節で、陽の光も一段と弱く、日足も目立って短くなってきます。北国からは、初冠雪の便りが届く頃でもあります。
	小雪(しょうせつ)	二十四節気 立冬後の15日目にあたります。小雪とは、寒さもまだ厳しくなく、雪まだ大ならずの意味。北風が木の葉を吹き飛ばし、みかんなど冬に旬を迎える食材がおいしくなってきます。
	文化の日	祝日 自由と平和を愛し、文化をすすめる。
	勤労感謝の日	祝日 勤労をたっとうび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう。
	千産千消デー	千葉県では、「ちばの恵みでまんてん笑顔」をキャッチフレーズに、県民のみなさまに美味しい千葉県産の農林水産物をバランスよく食べて、生涯健康で笑顔あふれる暮らしを送っていただくため、食育の取組を進めています。特に、11月はちばの旬の食材が最も豊富に出回る時期であることから、「ちばを食べよう！ちばの食育月間」と定め、県内各地で食に関するイベントなどを展開します。また、県教育庁教育振興部保健体育課主催で市町村あるいは、学校ごとに11月のうち1日を「千産千消デー」とし、地場産物を活用した学校給食を実施するとともに、それを活用した食に関する指導を行います。※過去の取組については、県教育委員会ホームページ「千産千消デーの取組」を御覧ください。この機会に、一緒に「食」の大切さについて考えてみませんか。
1	紅茶の日	1791年(寛政3年)11月1日に伊勢の国出身の船頭が正式なお茶会で本格的な紅茶を飲んだという話からきています。そして、日本には中国から伝わったと言われています。緑茶・紅茶・ウーロン茶・プーアル茶は、それぞれ違う茶葉から作られているように思われがちですが、もともとは同じ茶葉から作られ発酵の違いで分類されます。
1	寿司の日	寿司の日が11月1日となったのは、歌舞伎の演目「義経千本桜」の中の作品である「鮎屋の段」にその理由があります。平清盛の孫にあたる平維盛が主役の作品で、その平維盛が戦いに敗れて都落ちした際、鮎屋を生業にしていた旧臣・弥左衛門を頼りました。そこで身を隠しながら鮎職人として働くうちに、弥左衛門の娘・お里と恋仲になり、程なくして養子となり、実の名を捨て「鮎屋の弥助」に改名した日付が11月1日とされています。他にも、11月が新米の季節であり、ネタになる海の幸に脂がのって美味しい時期であることから「実りの秋・収穫の秋・米への感謝」といった意味も込められているそうです。
1	新米穀年度	食品管理法には「米穀年度」があり、11月1日に切り替わります。この年度内に収穫されたものが「新米」で前年に収穫されたものは「古米」です。つまり、同じ年に収穫しても10月までに収穫されたものは「古米」、11月以降に収穫したものが「新米」になります。JAS法により「新米」と表記ができるのは、収穫された年の12月31日までに容器に入れられた、もしくは包装された玄米。
3	サンドウィッチの日	サンドイッチという呼び名は18世紀に存在したイングランドの“第4代サンドイッチ伯爵(ジョン・モンタギュー)”が由来。11月3日はNational Sandwich day(ナショナルサンドウィッチデー)に制定されていますが、これもサンドウィッチ伯爵の誕生日であることが理由の一つとされています。サンドイッチという言葉が使われるようになったのは近世以降のことですが、パンもしくは焼いた小麦粉に具材を組み合わせて食べるという料理自体はそれよりもずっと前から各地に存在していました。挟むのか、巻くのか、包むのかなどの違いはあるものの、小麦粉を主食に使う多くの地域でパン+具という食べ方は自然に発生したと考えられています。
3	みかんの日	日付は「いい(11)みか(3)日」と読む語呂合わせで、11月3日と12月3日を「みかんの日」としています。語呂合わせは3日(みっか)で「みかん」と読んでいます。「みかん」は、「甘い柑橘」という意味から漢字では「蜜柑」と表記されます。古くは「みっかん」と読まれましたが、最初の音節が短くなり「みかん」となったようです。「冬みかん」または単に「みかん」と言う場合は、通常は「ウンシュウミカン(温州蜜柑)」を指しました。「温州みかん」の原産地は日本であるとされていますが、柑橘の名産地であった中国浙江省の温州(おんしゅう/らんしゅう)にあやかって「ウンシュウ(温州)」の名が付けられました。学名や英名は「Citrus unshiu」ですが、欧米では「Satsuma」や「Mikan」などの名称が一般的です。「温州みかん」の原産地は鹿児島県の長島であるとされ、「Satsuma」の名前は薩摩藩に由来したものです。幕末期に友好の証として、薩摩藩から英国に「みかん」の苗木が贈られたなどの話が残っています。
3	チャンポン麺の日	長崎県生麺協同組合が制定。長崎の食文化である「ちゃんぽん」をPRしようとして、「文化の日」を記念日としました。「ちゃんぽん」の語源については諸説あり、福建語の挨拶「吃飯」若しくは「吃飯了」(直訳すると「飯は食ったか?」)から来ているとの説、同じく福建語の「混ぜる」を意味する語「糝混」から来ているとする説があります。長崎ちゃんぽんという料理に関しては、明治時代に中国から長崎市内へ渡り商売をしていた人が、貧しい中国人留学生のために安く栄養豊富な料理として考案し、提供したのが最初という説があります。ちなみに、「ちゃんぽん」という名の料理は長崎だけでなく日本各地で見られ、沖縄では麺を使用せずライスの上に野菜炒めを乗せたものが「ちゃんぽん」として食べられていたりします。
4	かき揚げの日	「かき揚げ」はうどんや蕎麦などの麺類に乗せて食べられることが多いことから、カレンダーで「めんの日」の11月11日の上の同じ曜日となる11月4日としたもの。「かき揚げ」とは、芝海老、魚介類や野菜などを小さく切ったものに小麦粉を用いた衣でまとい、食用油で揚げた日本料理であり天ぷらの一種です。その名前は「かき混ぜて揚げる」ことに由来します。江戸時代の百科事典のような書物『守貞謄稿』(もりさだまんこう)には「蕎麦屋の天ぷらは「芝海老」だったと書かれています。そうなるなら最初の「天ぷら蕎麦」は「芝海老のかき揚げ蕎麦」?。また、明治維新後、天ぷら屋常連客の徳川慶喜は高級磁器の鍋島皿に大きい「かき揚げ」を載せて食べていたそうです。
5	いいリンゴの日	青森県が2001年(平成13年)に制定。日付は「いい(11)りんご(5)」と読む語呂合わせから。りんごの収穫量は2015年(平成27年)時点で、青森県が57.9%、長野県が19.4%、となっており、この2県で全国の77.3%を占めています。私たちが食べている西洋りんごは、1871年(明治4年)に日本に伝わってきたもので、明治時代の文明開化とともに本格的に導入され始めました。また、青森県へは1875年(明治8年)の春、国から3本の苗木が配布され、県庁の敷地の中に植えられたのが青森りんごの始まりです。それ以来、140年以上に渡る歴史があります。

7	鍋の日	11月7日は「鍋の日」と制定されています。2001年に多くの出汁やつゆ製品を製造するヤマキ株式会社が制定しました。「いい(11)な(7)べ」という語呂合わせと、この日が冬の始まりとされる「立冬」となることが多いのが由来とされています
7	米菓の日	新米で作られた美味しい「あられ・おせんべい」を、コタツに入り家族団らんを楽しんで頂きたいという気持ちから「立冬の日」を選び「あられ・おせんべいの日」と定めました。一般的に米菓と呼ばれるお菓子は、お米が原料とされており、その製造工程の違いから「あられ」や「おせんべい」と食感の違いがお菓子が作られています。中でも「あられ」はおもちを作るもち米が原料とされており、小型のサイズを「あられ」と呼び、大型サイズのものをおかきと呼ばれています。そして「おせんべい」は、普段私たちがご飯として食べられているうるち米が原料となっており、軽くて柔らかい食感のものから、噛み応えがある硬めのもの様々な食感があります。あられの歴史は、縄文・弥生時代まで遡ります。今より1700年から2300年ほど前には穀物の生産が増え、焼き米から干し飯を始め、だんごやもちなどが作られていました。これが和菓子の起源とされており、奈良の時代には、宮中の大膳として「主菓餅」と呼ばれる職種があり、古来よりの風習で「賀儀」と呼ばれる祝いの儀式の席で、神様にもちを供えた後に、土皿でこの供えたもちを割って食べたことが、「あられ」の始まりとされており、そして江戸時代には、商品として米菓が販売されるようになり、元禄では本格的に米菓作りの道具が揃えられていきます。文化文政時代には今も親しまれている「草加せんべい」が生まれました。明治・大正時代から昭和の初期には、米菓の需要が一気に増大し、戦前には米菓業者が一気に増加をしていきました。ですが、太平洋戦争により米が手に入りづらくなり、米菓業者は廃業していきました。そんな中でも、どうにかして材料の米の確保を続けながらいた業者のおかげで、今もお受け継がれているのです。次に「あられ」の名前の由来ですが、その由来をたどると奈良時代の文献に「あられ」と記されているものがあります。これによると、干したもちを煎つたものと記載されており、煎つる最中に音をたてながら跳ねている様子が「霰」に似ており、その様子から「あられ」と名付けられたと言われております。「おせんべい」の原型となったのは、実は始まりは中国からと言われております。小麦粉を練り上げた、今で言う海老せんべいや八戸せんべいが次第にお米に変わり、そこから今の「おせんべい」につながったとされており、では、いったいいつお米のおせんべいが生まれたかという、紀元前202年から後8年の時代からにはすでに存在していたと言われております。中でも、中国の宮廷では、おめでたい祝の食膳には加えられており、なかでも1月7日や3月3日には必ずあったとされています。その後の飛鳥時代には、中国から日本に「おせんべい」が伝わったとされていますが、当時は水で小麦を練ったものだったので、今でいうお米を使用した「おせんべい」とは程遠いものだったとされています。今のお米を焼いた「おせんべい」は、江戸へ向かう途中のお団子屋さんで、当時はお米を日持ちさせる術がなかったため、余ったお団子をべつたんこにして焼いて出したところ、大変美味しく評判が良かったため、街道の名物になったと語り継がれております。そしてこのお団子屋さんで売っていた娘さんの名前が「おせんさん」ということから、「おせんべい」と名付けられたと言われております。
7	ココアの日	日付は「ココア」は体が温まる飲み物として11月上旬から飲む機会が増え始めることから、冬の気配を感じ始める「立冬」(11月7日頃)を記念日としました。森永製菓は、1899年(明治32年)に創業した会社であり、1919年(大正8年)に日本で初めてカカオ豆からの一貫ライン製造による飲用ココアを発売しました。欧米で昔から飲まれていた栄養豊富なココアを日本に広めたい、高級品で手の出なかつたココアを日本人にも飲んでもらいたい、そんな願いが込められていたのです。ところでミルクココアのおいしい作り方を知っていますか。温めた水か牛乳でココア(砂糖と一緒にすると練りやすいです)を良く練ってから、熱い牛乳かお湯で溶くと口当たりがよりなめらかになり、ココも香りもより深く豊かになります。これはココアに含まれるでんぷんが熱い水分とともに練られることで糊化するためだそうです。
8	いい歯の日	11月8日は「いい歯の日」。どんなに栄養的に優れたおいしい物でも、口腔機能がよくないとその良さがきちんと生かされません。だからいい歯を持ちきちんと咀嚼嚥下できることは、健康な心身を作るために必須なのです。おいしい食べ物は心をハッピーにし、丈夫な体を作ります。よくかんで食べる習慣を身に付け、それを維持するために、自分の歯で何でもかめるようにしておくことが大切です。そのためには、むし歯や歯周病の予防・治療を心がけ、お口の健康を保つ必要があります。「食育の推進の目標に関する事項」の目標の一つでもある内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の予防に関する肥満や生活習慣病も「早食い」「丸のみ」などの食べ方が大きく関与しています。小児期からの健康づくりに「食べ方」を含めた健康な食習慣づくりの推進と健康診断や保健教育を介した「食べ方」の食育の推進が大切です。
10	かりんとうの日	11月10日は『かりんとうの日』。かりんとうの棒状の形を『11』で表し砂糖の糖を『10(とう)』と読む語呂合わせにちなんでいます。現在手軽に食べられているかりんとうの歴史をたどると、意外と古いことに驚かされます。聖徳太子の時代、遣唐使により8種類の唐菓子と14種類の果餅が献上され、この中の「小麦粉をこね細長くし、結び緒のような形にして油で揚げた結果(かいはな)」というお菓子が、今のかりんとうとほとんど変わらないと思われ、かりんとうの起源と言われています。現在のようなかりんとうは、明治8年(1875年)浅草仲見世の飯田屋が、当時白砂糖は高級で、貴族や武家しか食べられず、庶民は黒糖を食べていたため、地粉を棒状にして油揚げし、黒糖をつけた物を売り出して好評を博し、大衆の支持を得て下町一帯に広まったとされています。その後、大正中期頃に天竜堂多田氏により機械化され、大量生産が可能となり大衆菓子として全国津々浦々に広がったと言われています。
11	チーズの日	日本人と“チーズ”の出会いは、およそ6世紀の飛鳥時代にさかのぼります。当時のことが記録された『右官史記』の中に「文武天皇四年(西暦700年)10月(新暦11月)文武天皇が使いをつかわし、「蘇(そ)」をつくらしむ」という記述があります。ここで記されている“蘇(そ)”が現在の日本のチーズの元祖と言われるものです。また、旧暦10月は新暦では11月になります。そこで、1992年に日本人にもっとチーズに親んでもらうため、覚えやすい11月11日を記念日とし、チーズの日が誕生しました。
11	もやしの日	もやしはまっすぐ伸びる様子から11月11日を『もやしの日』とすることとしました。もやしはいろいろな栄養素をふんだんに含んだヘルシーな食品です。種に蓄えられたデンプンや脂肪、タンパク質など、潜在的な栄養素が加水分解されて、もやしになる段階でエネルギーを放出しながら細胞や組織を作って成長するという特徴があるのです。さらに、新陳代謝をする過程で、それまで含まれていなかった新しい栄養素が合成されていきます。発芽というメカニズムには、私たちに知られていない、複雑で神秘的な反応が起こっているのです。もやしは種子本来の栄養素に加えて、発芽・成長しながら、あらたに別の栄養素が生成するという特殊な野菜です。低カロリーで健康に役立つ様々な栄養素を含んでいるので、ヘルシーな食品なのです。
11	麺の日	11月11日および毎月11日は、「めんの日」です。なぜめんの日が11月11日と毎月11日になるのか、理由が気になるころですよ。これは、細く長い麺の見た目と、11を「いい」と読む語呂合わせから11月11日に定められました。また、1年を通して麺に興味をもっともらいたいという思いもあり、毎月11日もめんの日と定められています。
11	ピーナッツの日	11月11日はピーナッツの日。新豆を使った落花生が市場に出始めるのがこの頃で、ピーナッツは1つの殻に2粒の豆が同居する双子であることから、11のぞろ目の日を記念日にしました。千葉県八街市の落花生はそのおいしさで有名です。ピーナッツという名前前からナッツだと思われることも多い落花生ですが、実はマメ科の植物です。マメ科の植物は世界で約2万種が知られていますが、中でも落花生はユニークな特性を持つマメ科の変わり者です。落花生の生まれ故郷は南米、ブラジルの一部の地域で見つかった野生の原始的な種が地形の変化とともに広がり、変異・進化をしながらブラジル、ポリビア、パラグアイ、ウルグアイ、アルゼンチンの5カ所にまたがる地域に広がっていったと考えられています。ポリビア、アルゼンチン、パラグアイの国境が接する地域で2つの種が交配してできた植物が落花生の原種となって広がり、やがて先住民によって栽培され、現在の落花生が生まれた可能性が高いといわれています。落花生の最も大きな特性は、地中で実ること。蝶が羽を広げたようなかたちの鮮やかな黄色の花が咲き、花が萎れたあとから「子房柄(しばうへい)」と呼ばれる莢のような器官が伸びてきます。子房柄はやがて地中に潜り、その先端にある受精した胚が地中で実って落花生になります。地中に潜った子房柄の先端にある受精した胚は、母株から栄養をもらうとともに、自ら土壌の栄養や水分を吸収して育ちます。地上で実る豆は莢(さや)も光合成を行います。地中で実る落花生はそれができないため、殻の表面にある毛根と同じ機能をもつ毛状細胞から土壌の養分・水分を吸収します。また、母株からもらう栄養は、殻の表面にある管状の組織で運ばれますが、網目模様はそのあとです。
11	鮭の日	11月11日は「鮭の日」です。「鮭の日」は、鮭という漢字のつくりの部分【圭】を分解すると、【十・一・十・一】となること、ちょうど秋鮭の旬の時期にもあたり、おいしい鮭をみんなで食べよう！ということと制定されました。発祥は新潟県村上市です。ご存知の通り村上市は歴史ある「鮭のまち」。平安の昔から鮭と共に生き、江戸時代には世界初の人工孵化増殖システムを開発。鮭の調理法は100種におよぶと言われ、現在一人あたりの鮭消費量は日本一に輝いています。鮭のよさをもっと皆さんに知っていただき、おいしく楽しんでいただくとういうのが皆さんの趣旨。ちなみに村上市では毎年11月11日には「鮭魂祭」を行います。鮭を神殿に奉納し、自然の恵みに感謝する行事です。

11	きりたんぼの日	11月11日はきりたんぼの日。きりたんぼを囲炉裏に立てて焼いている様子が「1111」に見えることから。きりたんぼは、秋田地方に伝わる郷土料理の一つ。炊きたてのご飯(うるち米)を適度につぶし、杉の串に巻き付け棒状に形作り、囲炉裏などの火であぶって焼き目をつけたもの。「たんぼ」とも呼び、元々は秋田県北部の獺師(マタギ)の携帯食であったそうです。特産である鶏肉とキノコ、ゴボウやセリなどの野菜と一緒に、適当に切ったきりたんぼをしょうゆ味の鍋に仕立てたものが「きりたんぼ鍋」です。きりたんぼの語源の一つとして、槍の先を収める鞆の部分である「槍のたんぼ」に似ているから、というものがあります。また、綿などを丸めて皮や布に包んで棒の先につけた練習用の槍である「たんぼ槍」をさすとも言われています。昔、殿様がマタギから馳走になった際に名付けられたという、言い伝えがあるのだから、それを切って調理することから「きりたんぼ」と呼ばれるようになったんだそうです。
15	七五三	七五三の歴史には諸説ありますが、一つは室町時代から始まったという説です。昔は「七歳になる前の子は神の子」と言われるほど乳児の死亡率が高く、当時の戸籍である人別帳や氏子台帳に登録されず、死亡しても死亡届を出す必要がないほどでした。死亡率の高い乳児期を無事に乗り切って成長したことへの感謝と、これからの子供の末長し健康を祈って神社にお参りに行ったのが始まりと言われています。また、七五三を11月15日に祝うようになった由来にも諸説あります。一つは天和元年11月15日に江戸時代の五代将軍の息子である、徳川徳松の健康を祈った儀式が行われたため、11月15日に祝うようになったという説。もう一つは、11月15日が鬼が出歩かないとされる二十七日の鬼宿日(きしゅくにち)にあたり、婚礼以外のお祝いには吉日とされていたからという説です。
15	昆布の日	15日は子供の成長を祝う「七五三」です。栄養豊富な昆布を食べて、育ち盛りの子供が元気に育ってほしいという願いを込めて同日になりました。食物繊維・ミネラル・鉄分・カルシウムが豊富です。
15	かまぼこの日	魚のおいしさや良質たんぱく質をそのまま凝縮し、食べやすく生まれ変わったのが、かまぼこ製品。そのまま食べられる日本独特の元祖ファスト・フードです。かまぼこ製品がわが国の歴史に初めて登場するのは、今から約千年前、平安時代の1115年です。当時の関白菅原忠実の転居祝いの宴会料理のスケッチがあり、その中にかまぼこが記録されています。そのため、この年号にちなみ11と15を分け、11月15日が「かまぼこの日」になりました。実際には、これよりも昔から棒の先に魚肉のすり身を付けて焼いて食べていたようです。また、昔は11月15日の七五三のお祝い料理に、子供の成長を祝って紅白のかまぼこを用意する習慣がありました。この七五三とかまぼこの関係からも11月15日を「かまぼこの日」としています。かまぼこの最初の形は、すり身を竹の棒に筒状に巻いて作り、その形がガマの穂に似ていたことから「かまぼこ」と呼ばれ、この竹を抜き去ると、いわゆる「竹輪」の形になります。
17	蓮根の日	11月17日は「蓮根の日」。蓮根サミットを開催する日が由来になっています。単に「はす」ともいいます。漢字で「蓮根」と書きますが、食用にする部分はハスの根ではなく肥大した地下茎です。地下茎はいくつかの節に分かれており、節の長さは品種によって異なります。輪切りにすると断面には穴が複数空いているのが特徴で、穴の数は個体差はありますが大小十個程度であることが多いです。この穴には空気が少ない泥中でのレンコン自身の呼吸を助ける役割もあり、葉柄も切断すると断面に複数の穴があります。日本では断面の穴は「先を見通す」ことに通じて縁起が良いとされ、正月のおせち料理や節句にもよく用いられます。なお、「蓮根(はすね)掘る」は冬の季語です。
20	ピザの日	ピザの定番といえば、「ピッツァ・マルゲリータ」。その名前の由来となったイタリア王妃・マルゲリータの誕生日である11月20日が、ピザの日です。マルゲリータ王妃は芸術文化支援や慈善活動に取り組み、ピザ協議会によると「MadreD'Italia」(イタリアの母)と呼ばれ親しまれる人物です。彼女が明治22(1889)年にナポリを訪れたとき、当地のピザ職人がトマト(赤)やバジル(緑)、モッツァレラチーズ(白)を使い、イタリア国旗をイメージしたピザを献上。王妃がとても気に入ったことが、ピッツァ・マルゲリータの始まりとなったということです。
22	いいりんごの日	11月22日の「いいりんごの日」は青森県が制定した記念日です。青森県はりんごの産地として有名です。そもそもりんごの原産地は、中央アジアの「コーカサス山脈」と、中国の「天山山脈」を中心とした山岳地帯と考えられており、ここから、世界各国へ伝播しました。『青森りんご』のはじまりは、明治時代初期までさかのぼります。私たちが現在食べている西洋りんごは、明治4年(1871)に日本に導入され、青森県へは明治8年(1875)春、当時の内務省勧業寮から3本の苗木が配布され、県庁構内に栽植されたのが青森りんごの始まりです。その後同年秋及び翌9年春と計3回にわたって数百本の配布をうけて、研究心に富んだ農家に試植されました。これよりさき明治7年に弘前市の私立東興義塾が招いた米国人宣教師ジョン・イング師が翌年の12月25日キリスト降誕祭の際、当時の教え子や信者たちにりんごを分与したことが、西洋りんごが青森県に紹介された最初といわれています。当時の菊池九郎塾長はこれを自宅の庭に播種し、後年、別の台木(だいき)に穂木(ほぎ)を接木(つぎき)したのが育種及び繁殖の発祥といわれています。
24	鯉節の日	「い(1)、い(1)、ふ(2)、し(4)」の語呂合わせから、11月24日がかつお節の記念日となりました。かつお節の上手な使い方や、だしの取り方などを多くの人にとってもらおうと考えたヤマキ株式会社が定めています。かつお節の元となるのが魚の鯉(かつお)であることは知っている人が多いと思いますが、かつお節として使用されるようになったのは室町時代ごろだと言われています。しかし当時は保存がしづらい状態のもので、乾燥して保存ができる今の状態に近づいたのは江戸時代ごろだと言われています。「かつおぶし」は「勝つ魚」に「武士」とも取れることから、縁起が良い言葉であり、当時武家を中心に贈答品の定番商品として定着しました。これが今の時代に広く使われるようになったきっかけと考えられています。
24	和食の日	「いい(11)に(2)ほんしょ(4)く」という語呂合わせから11月24日が和食の日になりました。日本の伝統文化でもある和食は、2013年12月にユネスコの世界遺産に登録され、世界に認められる食文化になりました。<世界に誇る日本の食文化の特徴> 特徴1: 海・山・里と自然豊かな日本には、多様で新鮮な食材と素材をいかす調理技術が発達しています。特徴2: 一汁三菜を基本とする和食は、栄養バランスがよく、また、うまみを上手に使うことで減塩に努めることができます。特徴3: 四季がある日本では、自然の美しさや季節の移ろいを、飾りつけや季節・器などを使い楽しむことができます。特徴4: 年中行事との関わりを持つことで、家族や地域のつながりが強くなります。
30	本みりんの日	11月30日は「本みりんの日」。「いい(11)み(3)りん(輪=0)」と読む語呂合わせと、鍋物や煮物、おせち料理などで「本みりん」を使う季節であることから。千葉県流山市にある工場「流山キッコーマン」は、流山市の名産である「白みりん」の製造が、明治時代から行われています。みりんは、蒸したもち米、米麹、焼酎もしくはアルコールを原料にし、40から60日間かけて糖化・熟成させてつくります。アルコール度数が約14度あるお酒の一種ですが、原料にもち米を使うことでんぶんが多く、糖に変化するため、日本酒より甘みが強く出るのが特長です。戦国時代は女性やお酒が苦手な人のための飲みものだったそうですが、江戸時代の料理文化の発展とともに、調味料として使われるようになりました。流山のみりん産業が発達したのには、いくつかの理由があります。(1)みりんの原料であるもち米とうち米(米麹の原料)の産地が近くにあった(流山西部の古利根川流域は早稲米の産地、流山から松戸にかけての下谷耕地はもち米の産地)(2)江戸川の恩恵を受けた、醸造に必要な水質資源に恵まれていた(3)江戸川の開削により水運が開けて江戸に輸送しやすくなった(4)箱型で積載量の多い高瀬舟を使うことで、陸路よりも大量の輸送が可能であった こうした複数の条件が整ったことで、流山はみりんの一大産地へと飛躍したのです。
	旬	大和芋 長芋 きのこと かぼちゃ カリフラワー ごぼう さつま芋 里芋 じゃが芋 大根 青梗菜 山芋 長葱 人参 ブロッコリー れん草 蓮根 大豆 あずき 隠元豆 ゆず 柿 みかん りんご 西洋梨 落花生 ぎんなん いなだ はまち かます きんき こはだ 鮭 鯖 さわら 太刀魚 にしん はたはた はも このしろ ほうぼう ほっけ はっかく かじか ぶただい ふぐ めぬけ いしもち いしだい きんま ぎんたら ひげだら 鯉 ほしがれい まこがれい ぼら あげまきが い あさり するめいか もんごういか もくずがに