

ピアートだより



5月号



2019年5月に“新元号”へ改元されます！

明治、大正、昭和、平成・・・これらを「元号（げんごう）」といいます。元号とは、特定の年代に付けられる称号のことで、「年号（ねんごう）」と呼ばれることもあり、日本で正式に元号を使い始めたのは飛鳥時代、645年の「大化の改新」からだと言われています。その後長い歴史の中で数多くの元号が生まれ、現在の「平成」となりました。

現在、日本のように西暦以外の暦を用いている国は少なくありません。しかし、天皇の交代により新たな年号となり、そこを元年として暦がリセットされ、新たな年が始まるというシステムは世界的にもとても珍しく、日本特有の文化とも言えます。

＜西暦以外の暦を用いている国＞

- ・台湾
- ・韓国
- ・タイ
- ・インド
- ・ミャンマー など



日本特有の元号は、孝徳天皇が中国にならって「大化」と初の元号をたてました。途中中断期間もありましたが、701年の「大宝」から現在の「平成」まで、1300年以上続く文化です。



元号はどうやって決められるの？

現在元号の決め方は、元号法によって定められています。具体的には、内閣総理大臣が数名の有識者に候補名の考案を委託し、その後内閣にて慎重に協議した結果、決定・発表となります。

▼元号の選定条件は6つ

- ①国民の理想として相応しいようなよい意味を持つもの。
- ②漢字2字であること。
- ③書きやすいこと。
- ④読みやすいこと。
- ⑤これまでに元号やおくり名として使用されていないこと。
- ⑥俗用されていないこと。

ちなみに、昭和には「国民の平和と世界の共存繁栄を願う」という意味が、現在の元号である「平成」には「天地、内外ともに平和が達成される」という意味があります。

また、アルファベットにしたときに頭文字が明治のM、大正のT、昭和のSなどと被らないようにするなど、様々な基準で決められています。



＜改元までのスケジュール＞

4月

【退位礼正殿の儀】

天皇陛下の退位を広く国民に明らかにするとともに、天皇陛下が退位前に最後に国民の代表に会われる儀式。現行の憲法下では初めてとなる儀式です。決まっているのは国事行為とする方針などの概要だけで、現時点で詳細等は明らかになっていません。

5月

“平成”から新元号に改元

“即位の例”は、新しく天皇の位についたことを公に告げる一連の儀式であり、全部で5つの儀式から成っています。うち*2つの儀式が新元号に改元される5月1日に行われます。

1日

【剣璽等承継の儀】皇位を承継された証として歴代天皇に伝わる剣璽（けんじ）、御璽（ぎょじ）。国璽（こくじ）を引き継ぐ儀式。

【即位後朝見の儀】天皇が即位なさったあと、初めて公式に三権の長をはじめ、国民を代表する人々に会われる儀式。

季節のおいしい食材～グリーンピース～

4～6月にかけて旬を迎えます。グリーンピースという植物があるわけではなく、熟す前の「エンドウ」を収穫し、取り出した種の部分をグリーンピースと呼びます。植物性タンパク質や食物繊維を多く含み、ビタミンやミネラルにも富んでいます。



今月のPickup!! ～食生活の変化～



2019年5月1日に新しい元号へと改元される日本。そこで今回は、「平成」の時代になるまでに日本人の食生活がどのように変化していったのかをご紹介します。と思います。



【明治（1868年～1912年）】

この頃の家庭の食事は、ご飯を主食とした“和食”が大半を占めました。文明開化とともに、少しずつ西洋料理も普及し始め、上流階級や都市部を中心に浸透。本格的な西洋料理に代わり、和洋折衷である「洋食」も生まれました。明治の中期になると、フライ・油料理・牛豚料理など西洋風の新しい作り方を紹介する雑誌も登場しましたが、生活様式の違いや食材が高価なために、一般庶民の日常食としては程遠いものだったそうです。明治後期、一般家庭ではまだ和食が中心でしたが、洋食がご飯に適したおかずであり、栄養的にも優れているという点で普及しはじめました。



【大正（1912年～1926年）】

明治時代に伝わった欧米の文化や技術が日本流にアレンジされ、少しずつ一般化されてきました。洋食という新しいジャンルも徐々に浸透しましたが、家で作るというよりも外食で食べるのが一般的だったそう。中でもカレーライス、コロック、とんかつは“大正の三大洋食”と呼ばれ日本人に親しまれてきました。



【昭和（1926年～1989年）】

終戦後にはアメリカによる支援のもと、パン食の文化が定着していきました。学校給食でもパンや牛乳が取り入れられ、こうした背景も欧米の食文化が浸透した一つの要因といえます。やがて、食糧難を乗り越えて食生活が一定に落ち着いた頃、食以外の物にも目が向きだした時代に登場したのが「炊飯器」。この頃から調理の簡便さなども重視されるようになりました。1970年「外食元年」と呼ばれたこの年以降、ファミリーレストランやファストフード店が続々と登場し、われわれ日本人の食生活は大きく変化していきました。



【平成（1989年～2019年）】

昭和の終わりごろ、日本にコンビニエンスストアが登場しました。また、平成に入り「単身世帯」や「女性雇用」の増加による社会情勢の変化で、食の外部化・簡便化が進んでいきました。また、国民生活の安定に伴い食生活の多様化が進み、学校給食でも世界各国の食事が提供されるようになりました。その他、食物アレルギーの罹患率も増加の一途を辿っており、これらに対応する食品の普及も進んでいます。



<年代別モデル献立> 時代の変化により、日本人の食生活は変化し続けています。

<明治時代>
・おにぎり
・塩鮭
・菜の漬物

<大正時代>
・五色ごはん
・栄養みそ汁

<昭和初期>
・ごはん
・ほうれん草のホワイト煮
・鯖の漬け焼き

<戦後>
・脱脂粉乳
・トマトシチュー

<昭和後期>
・カレーライス
・牛乳・塩もみ
・バナナ
・スープ

<平成>
・米粉パン・牛乳
・鶏肉とカシューナッツの炒め物
・ツナとキャベツの冷菜
・コーンスープ・くだもの



～世界のLOCALFOOD～



ドイツ
(Germany)



G20サミット参加国に関する郷土料理紹介、第五弾は「ドイツ」の“Gebrannte Mandeln”（ゲブランテ マンデルン）です！

ドイツのイベント事で必ずと言って良いほど見かける「ゲブランテ マンデルン」。日本語に訳すと「焦がした砂糖でコーティングしたローストアーモンド」という意味で、ナッツや豆に砂糖・シナモン・バニラを絡めた甘〜いお菓子です。

ヨーロッパでは、古くから食材を長期保存するためにスパイスが多用されてきました。中でも“シナモン”はドイツではとても親しみの深い香辛料のひとつで、ワインに入れたりデザートに加えたりと様々なメニューで使用されています。“スパイスの王様”と呼ばれるほど栄養が豊富で、カルシウムや鉄分、ビタミンも多く含まれます。