

## 今月のことば 「土用の丑」

今年もまた暑い夏がやってくる。異常気象のなかで酷暑の日々になるのだろうか。当然のことながら「夏バテ」に悩まされる人は多い。この夏バテ防止に土用の入りになって最初にくる丑の日に、鰻を食べると良いとされる風習がある。

この起源の一つは、平賀源内が知人の鰻屋のために「本日、土用の丑の日」と書いて店頭には張り紙をしたところ大繁盛したということが起源であるらしい。ただし、平賀説の出典は不明。また、暑い時期を乗り切るために栄養価の高い鰻を食べるという習慣は、「令和」の新元号で話題になった『万葉集』にも詠まれている古いものだが、栄養価の高いものを食する現代では医学的根拠には乏しいと言われている。

土用は、一年に4回あり立春・立夏・立秋・立冬の前の十八日間で、特に、立秋前の夏の土用の日の丑の日を言うことが多く、この時期が一年中で最も暑い時季とされている。《平賀源内（1729～1779）江戸中期の本草学者・科学者・戯作者。エレキテル（摩擦発電機）の実験をし、寒暖計・不燃性の布などを製作し人々を驚かせた。》