

アポロ新聞

土用丑の日

リビングサービス課
中川 拓哉

「土用丑の日」といえば、鰻を食べる習慣があります。
今回は「土用丑の日」とはなにか？ そして、「なぜ鰻を食べるようになったのか？」説明していきます。

まず、「土用」とは四立（立春、立夏、立秋、立冬）の前、18日間のことです。

春夏秋冬の「土用」

- ・立春の前約18日間：1/17～2/3頃
- ・立夏の前約18日間：4/17～5/4頃
- ・立秋の前約18日間：7/20～8/6頃
- ・立冬の前約18日間：10/20～11/6頃

一般的な夏の「土用丑の日」にあたる土用は、立秋の18日前の期間のことです。

この土用というのは、“五行”で定められた暦で、五行とは、木行・火行・土行・金行・水行。

- ・木行：春
- ・火行：夏
- ・土行：季節の変わり目
- ・金行：秋
- ・水行：冬

このような季節の象徴となっています。



次に「丑の日」とは、十二支の「子（ね）、丑（うし）、寅（とら）、卯（う）……」の丑のことです。この十二支は、『今年の干支』というように、年を数えるときに使われるだけでなく、方角や、月、そして日を数えるのにも使われるのです。そして土用丑の日は約18日間の『土用』の期間のうち、12日周期で割り当てられている十二支が『丑の日』の日が、『土用丑の日』なのです。1年で2回「土用丑の日」がある年（二の丑）は、大体2年に1回くらいあります。

次に「土用丑の日」に鰻を食べる習慣がなぜできたのか、その由来については諸説ありますが、平賀源内による発案が一番有名です。

江戸時代には「丑の日にちなんで、“う”から始まる食べ物を食べると夏負けしない」という風習があったそうです。これを他のうなぎ屋もこぞって真似するようになり、次第に「土用丑の日はうなぎの日」という風習が定着したとされています。

実際には土用丑の日は、春夏秋冬4季にわたってあります。なのに、現在うなぎを食べる習慣があるのは、『夏の土用丑の日』だけです。これは、当時の平賀源内が起源とされ、うなぎを食べる風習が『“夏の”土用丑の日』だったから、現在「土用丑の日」と言えば、夏の土用丑の日となるのです。

また、本来ウナギの旬は冬のため、以前は夏にウナギはあまり売れなかったそうです。そこで売れない鰻の販促のため、旬でない夏に鰻を食べる習慣を根付かせたという説が有名です。

なかなか鰻を食べる機会はないですが、今年は鰻を食べたいと思います。