

「四季・植物」 30 南瓜

学名 Cucurbita

ウリ科の一年性つる草

カンボジアから伝来したとされ、「カンボジア」から名付いた。

かぼちゃ

郷土資料から見た「南瓜」のあれこれ

12月22日頃は二十四節気のひとつ冬至にあたり、一年でもっとも昼が短く夜が長い。この日に南瓜を食べると風邪をひかないといわれている。

南瓜はカロチンを多く含む緑黄色野菜である。カロチンはビタミンA効果があり、ビタミンAが欠けると夜盲症や潰瘍になることがある。昔は野菜が少なくなる冬至の頃に、貯蔵のきく南瓜が健康のために食べられた。

柏崎では、冬至に南瓜を煮て食べると中風にならないといわれている。また、南瓜に年を越させると、「腫物になる」（「柏崎市史資料集」）といい伝えられている地域もあった。必ず年内中に南瓜を食べることとされ、食べきれず年を越すときには大晦日の夜に屋外に出しておく風習があった。

参考資料

「図説 花と樹の大辞典」	植物文化研究会・雅麗篇	1996	「日本大百科全書」	小学館発行	1994
「葉草図鑑」	伊沢凡人編著	1999	「日本民俗大辞典」	吉川弘文館発行	1999
「柏崎市史資料集 民俗篇」	柏崎市史編さん委員会編	1986	「日本の食生活全集」	農山漁村文化協会発行	1985