

新鮮！情報便

【新鮮情報便:3号】

□発行:東京海上日動 代理店 エコー保険



■INDEX

▽時の話題「七草がゆ」

▽なんでもランキング～

「今年もっともチェックされた国内温泉ランキング」

▽時の話題「七草がゆ」

●七草がゆとは？

1月7日の朝に無病息災を願って七草をお粥にして食べる習慣で、平安中期頃中国から伝わったとされ、江戸時代には広く庶民にまで広まったそうです。

1月7日は「人日の節句」とも呼ばれ、江戸時代に定められた五節共(3月3日桃の節共等)の内の一つです。文字通り「人の日」とされ、過去1年の厄払いをして、これから一年の無病息災と招福を願う日とされています。

●七草の種類

春の七草は「せり、なずな(ペンペン草)、ごぎょう(母子草)、はこべら(ニワトリクサ)、ほとけのぎ(おおぼこ)、すずな(蕪)、すずしろ(大根)」を指しますが、地方によって多少違うようです。

ビタミンが豊富で利尿作用、解熱作用があるなど、効用面でも期待されています。

●なぜ七草なの？

七草は、早春にいち早く芽吹くことから、若菜の生命力を吸収するとともに、邪気を払うと言われています。また青菜の不足しがちな時期でもあり、その補充を忘れないための昔の人の知恵なのかもしれません。七草は日本版ハーブ、そのハーブを胃腸に負担のかからないお粥にして食べるのですから、正月疲れの出した胃腸の回復に格好の食べ物と言えます。

最近では時期になると、スーパーなどで七草がセットになったものが売られていますので、無病息災を願って、食べてみてはいかがでしょうか。

【ご注意】 この情報は2009.12.14時点の情報です。

▽なんでもランキング～

「今年もっともチェックされた国内温泉ランキング」

2009年人気だった温泉地は？

- 1位 道後温泉(愛媛県)
 - 2位 有馬温泉(兵庫県)
 - 3位 箱根湯本温泉(神奈川県)
 - 4位 湯河原温泉(神奈川県)
 - 5位 秋保温泉(宮城県)
 - 6位 城崎温泉(兵庫県)
 - 7位 霧島(鹿児島県)
 - 8位 黒川温泉(熊本県)
 - 9位 伊香保温泉(群馬県)
 - 10位 下呂温泉(岐阜県)
- (出典:gooランキング)

お好みの温泉地はランキングされていましたでしょうか。

【ご注意】 この情報は2009.12.14時点の情報です。

発行元:東京海上日動火災保険(株)

代理店 エコー保険