

ケアマネかがやき

夏も近づく八十八夜

2022年は
5月2日(月)

毎年この時期になると、懐かしい「茶摘み」の歌を思い出しませんか？

「八十八夜」は雑節のひとつで、立春から数えて八十八日目にあたる日のことです。



農作業の目安の日

八十八夜の頃は春と夏の変わり目の時期です。昼夜の寒暖差が激しく、農作物が遅霜の被害を受けることがあったため、江戸時代頃から天候への注意を促すため曆に記されるようになりました。

「八十八夜の別れ霜」という言葉があるようにこのあとは霜の心配がないため、農家では、茶摘みや苗代づくりに精を出します。



八十八夜は縁起の良い日？

「米」の字を分けると「八十八」になることや末広りの八が重なることから、縁起のいい「農の吉日」ともされます。

こめ



一番茶は健康に良い？

この日に摘んだお茶を一番茶(新茶)として飲むと、一年を無病息災でいられると伝えられています。

お茶の新芽に含まれる成分は、八十八夜頃のものが一番豊富だといわれています。昔の人は、健康への願いを込めて、このような言い伝えを残したようです。



～お誕生日おめでとうございます～



★ 新茶をおいしく淹れるコツ ★

手順通りに丁寧にいれると、きれいに澄んだ緑の色と若葉のさわやかな香りや甘みが味わえます。



1. 茶葉を急須に入れる

茶葉の量は1人分3～4g(ティースプーンに軽く2杯程度)。心持ち多めに入れたほうが、深い味わいが楽しめます。

2. 70～80℃の湯を注ぐ

一度沸騰させたお湯を70～80℃に冷ますのがコツ。お湯を湯呑みに一旦注げば、自然に冷めて湯呑みも温められます。



3. 蓋をして1分ほど待つ

急須に湯を注いだら、蓋をして1分ほど蒸らします。蒸らしすぎると苦味が出てしまうので注意してください。



4. 最後の一滴までしっかり注ぐ

濃さが均一になるよう、各茶椀に少量ずつ注いでいきます。最後の一滴までしっかり注ぐと、2煎、3煎目までおいしくいただけます

