

社会保険にいがた

5

一般財団法人新潟県社会保険協会

5

- 電子申請 ●国民年金付加保険料の申込
- 3つの「もったいない」をやっていませんか？
- 高い血圧そのままで大丈夫？？
- <募集>石油の里公園内・里山ビジターセンター「初心者トレッキング教室」
- <募集>湯沢高原アルプの里「ミニトレッキング(スタンプラリー)」.....など

2025
NO.945

Contents



三角ちまき



SANKAKUCHIMAKI

新

新潟県を代表する団子といえば笹団子。その笹団子と並び、県内全域で親しまれている笹を使った伝統食が「三角ちまき」だ。単に「ちまき」とも呼ぶ。“男の節句になくてはならない食べ物”として、現在「こどもの日」となっている5月5日が、旧暦では現在の6月頃だったので、田の作業が一段落した頃に作っていたという。食べ物が傷みやすくなる時期だが、笹の抗菌作用により長く楽しめるのも魅力だ。家族ぐるみで輪になって、皆でにぎやかにちまき作りに精を出した。節句だけでなく、柏崎市では6月中旬の「えんま市」に合わせて作り、雪消えが遅い魚沼地域では笹の葉が青くなり始める6月下旬から作り始めた。自然と風習に寄り添いながら、神仏への感謝を込めていただく晴れ食だったのだ。

三角に折り曲げた笹に、といで水を切ったもち米を盃1杯程度入れ、上からもう1枚の笹をかぶせてスゲやイグサなどで縛り、一晩水につけておき、たっぷりの湯で約2時間かけて煮る。きな粉を付けて食べることが多いが、砂糖醤油で味わうことも。実は「ちまき」という名の郷土料理は兵庫や奈良、広島、



香川、福岡、熊本などにもあるが、正三角形の形は新潟や山形など少数派だ。また県北の村上市山北地域や山形県の庄内地方では、笹を三角錐にしてもち米を詰めて作る二等辺三角形で、もち米を灰汁(あく)に漬ける黄色いちまきが、「あく巻き」「笹巻き」などの呼び名で親しまれている。灰汁に漬けることでうま味と保存性が増すとされている。

一口頬張れば、米の美味しさがシンプルに伝わり、幸せを運ぶ三角ちまき。新潟の風土に感謝し、収穫と家族の健康を祈りながら味わおう。

文/高橋真理子(NPO法人にいがた食の図書館) イラスト/荒井晴美

社会保険協会からのお知らせ

「会員事業所からののお知らせ」への投稿募集

「会員事業所からののお知らせ」コーナーにご投稿しませんか。当コーナーは、会員の皆様への情報発信コーナーです。貴事業所の各種情報発信媒体の一つとして、ぜひご活用ください。

- 内 容: 事業概要、製品の紹介、その他事業活動に関連した各種情報
- 文字数: 400文字以内
- 画 像: 1枚(社屋や発信する情報に関するもの)
- 掲載料: 無料

【投稿に関するお問い合わせ先】一般財団法人新潟県社会保険協会 TEL 025-240-5337

表紙下部に掲載されます

