

土用の丑の日

2025年の6月の日本の平均気温は、平年より2.34℃も高く、1898年の統計開始以来、過去最高の記録になったそうです。特に北海道では平年差が+3.4℃、東北では+2.9℃と、全国的に見てかなりの異常値で、この先も高温傾向が続く可能性が高いことですから、たまたものではありませんね。

さて、そんな暑くて食欲が落ちるこの時期に食べたくなるものと言えば“鰻”ですよね。いわゆる「土用の丑の日」に鰻屋が儲かるというやつですが、“江戸の奇才”とよばれた平賀源内が、売り上げ不振の鰻屋に「本日土用の丑の日」と張り紙をするようアドバイスしてから繁盛した…という逸話が有名です。夏の土用の丑の日は「う」が付くもの（うどん、瓜、梅干しなど）を食べると夏負けしないという言い伝えがあり、うなぎもここからヒントを得たようです。



成田山新勝寺 と 参道の老舗うなぎ専門店「川豊本店」のうな重

この「土用」という言葉ですが、「この世のすべては、木・火・土・金・水の5つの要素でできている」という古代中国の五行思想からきており、木=春、火=夏、金=秋、水=冬に当てはめられるのに対し、「土」は種をたくわえ芽を出させるという動き（土用）から“運気が変化する時期”を表すそうです。「土」は四季に4分割されるため、立春・立夏・立秋・立冬の直前にそれぞれ「土用」がありますが、鰻の印象が強いのか、夏の土用だけが目立つ状態となっています。

一方、「丑」については、年、月、日、時刻などを表すのに使われる十二支の丑を指しますので、12日ごとに「丑の日」はやってきます。土用の期間は約18日間ありますので、丑の日が1~2回発生することになります。なお、「丑」という漢字は、本来「つかむ」「からむ」という意味を持つ象形文字で、指を曲げて物を握る様子を表しているそうで、後に覚えやすくするために動物の「牛」が割り当てられました。つまり、「丑」と「牛」は本来別のものになります。

養鰻（ようまん）

現在日本で消費されているウナギの99.5%以上は、漁で採捕したシラスウナギを育てた養殖の鰻だそうです。仔魚である「レプトセファルス」（透明な柳の葉のような形）が海で育って河口付近で変態し、稚魚「シラスウナギ」（5~6センチくらいの大きさで、色は白く透明な状態）となります。それを養殖して餌を食べさせることで体が黒みが加ってきて、最終的に成魚ウナギとして取引できる重量まで育ったら出荷されます。

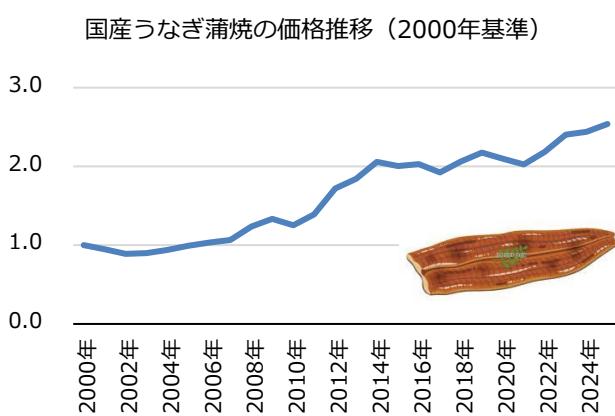
“養鰻”自体は約150年の歴史があるそうですが、しばらくその生態は謎だらけだったそうです。しかし近年、太平洋のマリアナ諸島海域に産卵場を持つことや、およそ半年の間レプトセファルスとして海を漂っているときには、動植物プランクトンの死骸を中心とした“マリンスノー”を食べて成長していることなどが分かってきて、人工的にエサを作ることができるようになってきたそうです。ちなみに、うなぎは目はあまり良くないので、犬と同じくらい嗅覚が鋭いそうです。



（養鰻場ドットコム <https://yomanjo.com/shirasuunagi/kabayaki/>）

高騰する“うなぎの蒲焼”

総務省統計局「家計調査」（家計収支編；1世帯当たりの支出額）によると、「うなぎの蒲焼」の支出額はやはり7月と8月に集中しているそうです。一方、小売物価統計調査によると、蒲焼は年々高騰しており、2025年6月の価格は2000年比で2.5倍以上となっています。



うなぎはビタミンA、B群、E、Dなどの栄養が豊富で、特にビタミンAは100g食べれば成人の一日に必要な摂取量に達する量と言われています。また、食欲不振や疲労回復に効果があるとされるビタミンB1は、蒲焼一切れ（150g）中に0.79mgも含まれており、夏バテに効果が期待できますが、このままどんどん高騰していくと、「土用の丑の日」ですら口にできなくなるかもしれませんね。完全養殖技術が確立され、コストが下がることを期待したいところです。

北海道の稚内よりも緯度が少し高いフランス・パリですが、最近のニュースやSNS（パリに移住しているタレントの杏さん）を見ると、場所によっては気温が40℃を超えているようです。以前は夏場でもクーラーが必要ないほどの気候だったことや、クーラーの設置自体が条例で制限されている（パリの景観保護のため室外機を外に出せ

ない）ことから、フランスのほとんどの家にはクーラーがないそうです。近年の急激な気温上昇にライフスタイルの変化が追い付かないみたいですね。

今年の「土用の丑の日」は7月19日（土）と7月31日（木）の2日となっています。「う」の付く栄養のある食べものを積極的に取りいれ、楽しく夏を乗り切りたいですね。（O）

お知らせ

印刷用の PDF ファイル

印刷用に PDF ファイルを添付しました。PDF ファイルをご利用いただくためには、Adobe Reader が必要です。お持ちでない場合、[こちらからダウンロードし、インストールしてご利用ください。](#)

メールマガジンへの登録・ご質問等

メールマガジンの配信の停止や登録内容の変更、お問い合わせ、ご意見・ご要望等等は[当社のウェブサイト](#)のトップページにある「お問い合わせ」のページをご利用ください。

アドレス変更をお忘れなく

人事異動、転退職等でメールアドレスが変更になった場合で、引き続き日産合成工業株式会社のメールマガジンの配信を希望される方は、旧アドレスと新アドレス及び新所属等を[当社のウェブサイト](#)のトップページにある「お問い合わせ」のページを利用してお知らせください。配信できなくなったアドレスは、メーリングリストから自動的に削除しておりますので、よろしくお願ひします。

QR コード

QR コードから、[当社のウェブサイト](#)のトップページにアクセスできます。

