

# 七夕

七夕は「たなばた」または「しちせき」とも読み、古くから行われている日本の行事で、1年間の重要な節句をあらわす五節句のひとつです。

## 七夕の行事食はそうめん

伝統的なものの一つが小麦や餅粉をひねって揚げたお菓子の「索餅(さくべい)」があり、**そうめんの原型**であるといわれています。



その昔、病気を流行らせる鬼神をなだめるために、鬼神の好物であった索餅を献上していました。今ではより食べやすく、のどごしも良いそうめんへと変化しましたが、季節の変わり目に「**病を避ける**」という意味合いは変わっていません。