多摩センター夏まつりかわら版

平成２５年
８月発行

◆なぜ、夏に甘酒？？？

甘酒って冬のものじゃないの？

甘酒の起源は古墳時代に遡り、『日本書紀』に甘酒の起源とされる天甜酒（あまのたむざけ）に関する記述があるんですよ♪古くは「一夜酒（ひとよざけ）」または「酒（こさけ、こざけ（「濃い酒」の意））」と呼ばれたんですって。かつては夏に、「甘い・甘い・あ～ま～ざ～け～」などの文句で行商も多く、冷やしたものまたは熱したものを暑気払いに飲む習慣があり、俳句では現在でも夏の季語となっているんですよ、知ってました？。夏に飲む場合は夏バテを防ぐ意味合いもあり、栄養豊富な甘酒は体力回復に効果的ないわば「夏の栄養ドリンク」だとして、江戸時代には夏の風物詩だったそうです。今でも「飲む点滴」と言われ、近年見直されており、テレビでも数多く紹介されているんです。守貞漫稿には、「夏月専ら売り巡るもの」が「甘酒売り」と書かれており、非常に人気がある飲み物だっだそうな。当時の江戸幕府は庶民の健康を守るため、誰でも購入できるよう甘酒の価格を最高で４文（現在の価値だと６６円くらい）に制限していたんだって。武士の内職として作られていて「甘酒売り」という職業もあったそうです。多摩センター夏まつり実行委員会では歴史的にも古くはありながらも日本の文化として楽しまれてきた甘酒を夏の風物詩として復活すべく、そして多摩の夏まつりに来たら甘酒！となるよう、今年から新たな名物として皆様に愛されることを願って販売させて戴くこととなりました。
少しでも多くの方に冷やし甘酒を楽しんで戴き、「美味しかったねぇ」、「また来年も楽しみ～♪」と思って戴ければ幸いです。

◆甘酒の栄養素

甘酒にはビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンB6、葉酸、食物繊維、オリゴ糖やシステイン、アルギニン、グルタミンなどのアミノ酸、そして大量のブドウ糖が含まれているが、これらの栄養はいわゆる栄養剤としての点滴とほぼ同じ内容であることから「飲む点滴」と呼ばれることも。ブドウ糖以外は製法による差異も少ないのです。冬に温めて飲む人が多く、「飲む点滴」として健康的な飲料としても好まれています。
冬季では体が温まるようにあるいは風邪の予防として甘酒を熱くし、夏季はさっぱりと飲めるようにショウガ汁を入れて飲まれることもあります。
「酒」の名は付くが、実際にはアルコール飲料ではなくソフトドリンクであり、未成年者でも飲むことができます。ただ、原料に含まれていたり、製造過程で生成されることでアルコールが含まれることもあり、お酒に弱い人（特に幼児）が大量に飲むと酔う可能性があるものもあるのでご注意を。酒粕が甘酒の原料に使用されることがありますが、多摩センター夏まつりで取り扱う甘酒には酒粕や添加物を使用してしておらず、お酒に弱い人やお子様でも安心してお楽しみいただけます。