

私は、平成 28 (2016) 年 6 月から平成 29 (2017) 年 3 月までの予定で、本県の友好交流先である韓国・京畿道 (キョンギド) に交流職員として、派遣されている牧下弘一と申します。

今回は、韓国の文化・風習を紹介させていただきたいと思います。韓国でも日本と似たような風習・習慣があります。その代表的なものを 3 つ紹介します。

### ○ 三伏 (サンボツ)、初伏 (チョボツ)、中伏 (チュンボツ)、末伏 (マルボツ)

日本では、「土用の丑の日」があります。鰻を食べる方が多いと思いますが、土用とは五行に由来する暦の雑節で立夏・立秋・立冬・立春の直前約 18 日間を言うそうです。そのうち、鰻を食べる習慣があるのは、夏の土用の丑の日ですね。鰻を食べるようになった習慣については諸説あるようですが、暑い夏を乗り切るために、体に力がつくものを食べるという考え方が一般的なように感じます。

韓国でも、日本で言う「土用の丑の日」のように健康によい食べ物を食べる習慣があります。「伏日 (ポンナル)」といますが、日本と違う点は、「伏日 (ポンナル)」は、毎年 7 月から 8 月にかけて、全部で 3 日もあるということです。1 回目が初伏 (チョボツ)、2 回目が中伏 (チュンボツ)、3 回目が末伏 (マルボツ) といいます。この「伏日 (ポンナル)」も五行に由来しており、夏至 (2016 年は 6 月 21 日 (甲きのえ)) 以降の 3 回目の庚 (かのえ) の日 (「初伏 (チョボツ)」)、4 回目の庚の日 (「中伏 (チュンボツ)」) および立秋 (2016 年は 8 月 7 日 (辛かのと)) 以降の最初の庚の日 (「末伏 (マルボツ)」) がそれに当たります。庚は十干のうちの 1 つなので、10 日に 1 回巡ってくることとなりますので、2016 年は 7 月 17 日、7 月 27 日、8 月 16 日でした。2017 年は 7 月 12 日、7 月 22 日、8 月 11 日になります。カレンダーや手帳にも、「初伏 (チョボツ)」、「中伏 (チュンボツ)」、「末伏 (マルボツ)」が記されています。



サムゲタン

そして、韓国では、「伏日 (ポンナル)」に食べられるものの代表として、「参鶏湯 (サムゲタン)」があります。日本でも食べることができる店も多くなったと思いますが、鶏 1 匹を丸ごと使い、内臓を取り出した腹の中にもち米やなつめ、ニンニク、ショウガ、高麗人参等を詰めて、長時間じっくり煮込んだ料理です。韓国料理というと辛いイメージがあると思いますが、「参鶏湯

(サムゲタン)」は全く辛くありません。あっさりとした味で、体に優しい料理です。熱々のサムゲタンを真夏に食べ、「おお、涼しい〜」、「涼しいね〜」と言って、食べることができれば、韓国の方の感覚に近づいているかもしれません。

### ○ 秋夕 (チュソク)

日本で言う「お盆」にあたるのでしょうか、感覚的にはお正月に近いと感じましたが、韓国での重要な祭日の 1 つが「秋夕 (チュソク)」です。「秋夕 (チュソク)」は、陰暦の 8 月 15 日 (中秋節) をいい、祖先への祭祀や墓参りを始めとする親族行事が行われます。韓国では前後含

めて3日間が祝日となり、故郷に向かって大移動が始まる帰省シーズンとなります。職場でも「秋夕（チュソク）」が近づくと、皆、そわそわし出し、チュソク休みの前日は残業もせず、自宅に向かって早く帰ります。また、「秋夕（チュソク）」はデパートも商店もほとんどがお休みになります。韓国に住んでいる外国人にはとても寂しく感じる時間かもしれません。この時期に家の近くにある水原駅に言ってみると、故郷に帰ってしまった韓国人の代わりに、仲間に会うために集まったと思われる外国人の姿（京畿道には中国人（韓国系中国人を含む）や、ベトナム人、タイ人等が多く住んでいます。）が目立ちます。

「秋夕（チュソク）」の食べ物で代表的なものは、「ソンピョン」で、米粉で作った皮の中にゴマや豆、小豆、栗、ナツメなどを入れて蒸した餅です。地域によって、形や材料が異なるそうですが、私が京畿道職員宅にお邪魔して、いただいた「ソンピョン」は、一口サイズで色も鮮やかなものでした。それ以外にも、たくさんの料理を準備します。



ソンピョン



帰省する人々で混雑する水原駅

ちなみに、今年の「秋夕（チュソク）」は10月4日（水）ですが、10月3日（火）が「開天節（ケチョンジョル）」という祝日のため、10月6日（金）が振替休日、土日を挟んで、10月9日（月）が「ハングルの日（ハングルナル）」という祝日で、10月2日（月）に休みをとれば、最大、9月30日（土）から10月9日（月）まで、10日間の連休になります。今年の韓国では、海外旅行に行く人が増えるかも知れませんね。

## ○ ソルラル（旧正月）

韓国では年末年始の休みは1月1日のお正月「新正（シンジョン）」当日だけで、それ以外は普通に仕事があり、正月気分が全く感じられません。特に今年は1月1日が日曜日だったためか、通常の週末と変わりなく感じました。

しかし、韓国には「ソルラル」があります。「ソルラル」とは旧暦1月1日の旧正月のことで、ソルラル当日と前後の1日、合計3日間がお休みとなります。今年は、1月28日（土）が「ソルラル」だったため、1月27日（金）と1月29日（日）そして、振替休日で1月30日（月）がお休みでした。チュソクと同様に、多くの人々が帰省し、ソルラル当日は家族全員が早起きし、きれいな服を着て、家族の年長者に「歳拝（セベ）」という新年の挨拶をするということです。

「ソルラル」の代表的な食べ物が「トックク」です。日本で言う、お雑煮にあたると思いますが、お餅が入ったスープです。日本のお餅と違い、もち米でなく、通常のお米で作ったお餅を斜

めに薄く切ったものがスープに入っています。チュソクに続いて、私は京畿道職員のお宅にお邪魔して、「トックク」をいただきましたが、卵やねぎやのり等も入っており、とてもおいしく、ほっとする体にやさしい味でした。



トックク



用意されたたくさんの御馳走

## ○ ミョンジョル（名節）

「秋夕（チュソク）」や「ソルラル」は「ミョンジョル（名節）」といい、韓国人にとって、大事な節目の行事であります。親族を迎える家庭では、その準備が大変だったり、親族内の関係だったり、特に女性にとっては相当なストレスがあるそうです。そのせいで、チュソクやソルラル後は離婚が増えるとも言われています。

古代中国で考えられた五行思想が、かたちは少し異なりますが、日本、韓国で行われていることに歴史とそのつながりを感じます。

なお、「秋夕（チュソク）」や「ソルラル」の期間はお休みするお店も多く、都市間の移動も混雑する時が多いので、韓国旅行をする際は、なるべくこの時期を避けた方がよいと思います。