



みとこうもん

# 「水戸黄門」の 放送が始まった日

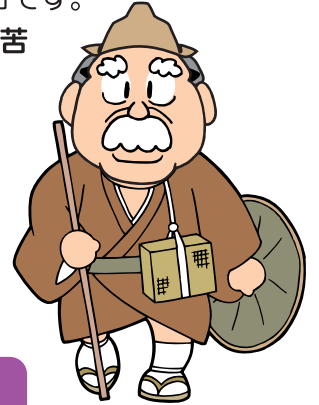
生活にちょっと役立つ

## うんちく話

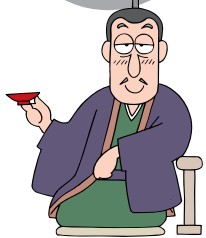
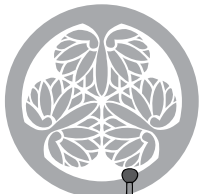


「もあるさ〜♪」のおなじみの主題歌が印象的ですが、この主題歌は放送当初から基本的には変わっていません。また、ストーリーも世直し旅に出ては善を助け、悪をこらしめ、最後に印籠で一件落着といった展開も大筋には変わっていないようです。

「水戸黄門」は現在も放送が続いており、2010年6月末までの放送は通算**“1184回”**を記録。第1回目の放送から俳優陣は変わっているものの、“**現在放送されているテレビドラマの中では最長**”、もちろん、“**時代劇ドラマでは歴代最長**”の長寿番組です。



### 実際の「水戸黄門」はどのような人物だったのか？



では、実際に実在していた「水戸黄門」はどんな人物だったのでしょうか？

「水戸黄門」こと**“徳川光圀”**は、江戸時代の水戸藩（現在の茨城県中・北部を治めていた藩）の2代目藩主で、初代将軍**“徳川家康の孫”**に当たる人物です。

現在、歴史に残っている光圀の功績としては、日本の歴史書「大日本史」の編纂作業をしたことが有名です。ドラマでは全国を旅していますが、実際には今の関東地方から光圀が出た記録は残されていません。

ただ、とても好奇心旺盛な性格だったようでいろいろな逸話が残っています。例えば、日本の歴史上で一番はじめて光圀が食べたと言われる食べ物が多くあり、その1つに**“ラーメン”**があげられています。これは中国人の朱舜水が**“光圀に中華めんを献上した”**という記述に基づいたもので、後に光圀は客人や家臣らにもふるまったと記録が残っています。

その他にも、**餃子、チーズ、牛乳酒、黒豆納豆**などなど…、いかに好奇心旺盛な性格だったのかが、このことからうかがえるのではないのでしょうか。

## 歯とカラダが喜ぶ カルシウムたっぷりの健康お料理教室



今回ご紹介のお料理

げんまい  
玄米しらす丼

材  
料  
（2人分）

- ・玄米…………… 1合
- ・水…………… 200cc
- ・しらす干し…… 100g
- ・みょうが………… 1個
- ・しその葉………… 1枚
- ・ごま…………… 適量

栄  
養  
価  
（1人分）

- ・エネルギー…… 326kcal
- ・カルシウム…… 127mg
- ・ビタミンD…… 23.0 μg
- ・ビタミンK…… 5 μg
- ・塩分…………… 2.1g

作  
り  
方

- ①玄米は洗って水気をきる。
- ②炊飯器の内釜に①と水を入れて炊く。
- ③みょうがは小口切り、しその葉はせん切りにする。
- ④②が炊き上がったら器によそい、上にしらす干しと③を盛りつけ、ごまをふっていただきます！

