

～6月30日(金)は「夏越の祓」！1年の後半を新たな気持ちでスタート～

SNSでも急上昇！新・行事食「夏越ごはん」が話題

定食チェーンの全国販売や首都圏スーパーマーケットでの提供も決定！

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構(以下、米穀機構)では、一年の前半の罪や穢れを祓い、残り半年間の無病息災を願う神事として、古来より全国の神社で行われている「夏越の祓(なごしのはらえ)」に合わせ、新たな行事食として「夏越ごはん(なごしごはん)」を提唱しています。

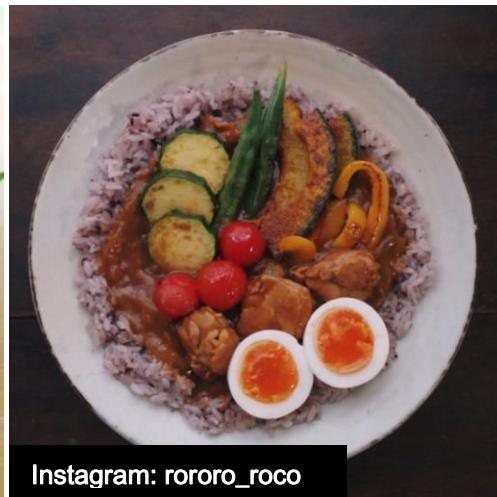
「夏越ごはん」とは、雑穀ごはんの上に、「茅の輪」をイメージした、緑や赤の旬の夏野菜を使った丸いかき揚げをのせ、おろしだれをかけたものを基本としています。

■ 新トレンド！フォトジェニックな「夏越ごはん」がInstagramで話題

さらに、今年より、夏を元気に乗り切れるよう夏野菜を使ったメニューに、茅の輪ぐりにちなみ、食材の切り方や作り方、盛り付けで丸いモチーフを取り入れるなど、オリジナリティ溢れるアレンジを加えた「夏越ごはん」も登場。Instagramを中心にフォトジェニックな「夏越ごはん」が多数投稿され、新トレンドとして広がってきています。



Instagram : cafe_mako



Instagram: rororo_roco

<左写真>

“茅の輪”にちなみ、雑穀ごはんでは丸い形の海苔巻きとまんまるおにぎりの2種類を用意し、それぞれに旬の夏野菜の天ぷらを乗せた「夏越おにぎり弁当」。

<右写真>

雑穀ごはんのチキンカレーに、“茅の輪”をイメージした緑や邪気を払う赤の夏野菜を乗せた「夏野菜チキンカレー」。

■ 都内神社 74 社が協力！赤坂氷川神社にて「夏越ごはん」の先着 200 食無料配布も

夏越の祓の神事に合わせ、今年も都内の神社 74 社において、ご参拝時に「夏越ごはん」のレシピと「雑穀米」をご神饌として配布していただきます。

また、赤坂氷川神社では、6月30日(金)17時から執り行われる「夏越の祓」の神事において、ご参拝された方の中から先着 200 名に、ミニサイズの「夏越ごはん」を無料配布いたします。※雨天中止

■ 定食チェーンでは初となる全国展開！首都圏スーパーマーケットでの提供も決定

今年は、協力飲食店数も大幅に規模拡大が決定。外食チェーンにおいては、定食チェーン「やよい軒」で、6月13日(火)～30日(金)の期間、初の全国展開(約330店舗)がなされ、(株)ラムラが展開する「土風炉」・「鳥元」・「音音」など計49店舗においても販売予定です。さらに、スーパーマーケットにおいては、首都圏約250店舗の「マルエツ」で、6月28日(水)～30日(金)の期間販売が決定しました。その他、都内の幅広いエリアの飲食店でも、カフェ風やアジア風などバラエティに富んだメニューが展開されます。※店舗により販売期間は異なります。

【公式サイト】 <http://www.komenet.jp/nagoshigohan/>

<本件に関するお問合せ先>

「夏越ごはん」広報事務局 担当:蒲原(かんばん)・坪本
TEL:03-4580-9158 MAIL:s-kambara@prap.co.jp

「夏越ごはん」の概要

「夏越ごはん」は、「夏越の祓」の茅の輪の由来となった、蘇民将来(そみんしょうらい)が素盞鳴尊(すさのおのみこと)を「粟飯」でもてなしたという伝承にならった「粟」、邪気を祓う「豆」などの雑穀の入ったごはん、茅の輪をイメージした旬の夏野菜の丸いかき揚げをのせ、百邪を防ぐといわれるしょうがとレモンを効かせたさっぱりおろしだれをかけたごはんを基本としています。



「夏越ごはん」イメージ

1 「茅の輪」をイメージした「旬の夏野菜」などを使った丸いかき揚げ
・「茅の輪」をイメージして“緑の食材”を使う(ゴーヤ、いんげん、枝豆、オクラなど)
・邪気祓いをする“赤い食材”を使う(赤パプリカ、えび、にんじんなど)

2 「夏越の祓」の茅の輪の由来となった蘇民将来の伝承にならった「粟」や邪気を祓う「豆」などが入った雑穀ごはんや五穀ごはん、小豆ごはん

3 百邪を防ぐといわれる旬のしょうがとレモンを効かせたさっぱりおろしだれ

夏を元気に乗り切れるよう夏野菜を使ったメニューに、茅の輪くぐりにちなみ、食材の切り方や作り方、盛り付けで丸いモチーフを取り入れるなど、アレンジを加えたオリジナルの「夏越ごはん」も登場しています。

「夏越ごはん」ご協力神社

●「夏越の祓」は残り半年間の無病息災を祈る大切な神事



「夏越の祓」は、奈良時代より1,000年以上続く節目の神事です。神社では鳥居の下や拝殿の前などに茅(ちがや)や藁で作った大きな輪を設け、宮司に続き一般参拝者がくぐる「茅の輪(ちのわ)くぐり」を行って、一年の前半の罪や穢れを祓い、残り半年間の無病息災を祈ります。

●都内ご協力神社一覧

「雑穀米」をご神饌として配布いたします。※数に限りがございますので、なくなり次第終了とさせていただきます

NO	神社名	住所	大祓式	NO	神社名	住所	大祓式	NO	神社名	住所	大祓式
1	赤城神社	新宿区赤城元町1-10	6月30日	26	江北氷川神社	足立区江北2-43-8	6月30日	51	玉川神社	羽村市羽中4-3-7	6月30日
2	赤坂氷川神社	港区赤坂6-10-12	6月30日	27	五條天神社	台東区上野公園4-17	6月30日	52	天祖神社	世田谷区経堂4-33-2	6月21日
3	池袋氷川神社	豊島区池袋本町3-14-1	6月30日	28	小菅神社	葛飾区小菅3-1-2	6月28日	53	天祖・諏訪神社	品川区南大井1-4-1	6月29日
4	池袋御嶽神社	豊島区池袋3-51-2	6月30日	29	駒込天祖神社	文京区本駒込3-40-1	6月25日	54	東京新宿鎮座花園神社	新宿区新宿5-17-3	6月30日
5	石浜神社	荒川区南千住3-28-58	6月30日	30	小谷野神社	葛飾区堀切4-33-17	6月29日	55	東京大神宮	千代田区富士見2-4-1	6月30日
6	居木神社	品川区大崎3-8-20	6月30日	31	小山八幡神社	品川区荏原7-5-14	6月28日	56	東郷神社	渋谷区神宮前1-5-3	6月30日
7	江島杉山神社	中央区東日本橋2-27-9	6月30日	32	胡録神社	荒川区南千住8-5-6	6月30日	57	戸越八幡神社	品川区戸越2-6-23	無し
8	荏原金刀比羅神社	品川区荏原1-16-4	6月末予定	33	鮫洲八幡神社	品川区東大井1-20-10		58	七社神社	北区西ヶ原2-11-1	6月28日
9	荏原神社	品川区北品川2-30-28	6月30日	34	猿江神社	江東区猿江2-2-17	6月30日	59	波除稲荷神社	中央区築地6-20-37	7月1日
10	大泉天神 北野神社	練馬区東大泉4-25-4	6月25日	35	三谷八幡神社	品川区小山5-9-7	6月28日	60	成子天神社	新宿区西新宿8-14-10	6月30日
11	大泉氷川神社	練馬区大泉町5-15-5	6月30日	36	品川神社	品川区北品川3-7-15	6月30日	61	西五反田氷川神社	品川区西五反田5-6-3	6月29日
12	大鳥神社	目黒区下目黒3-1-2	6月30日	37	清水稲荷神社	東京都板橋区宮本町54-1	6月30日	62	旗岡八幡神社	品川区旗の台3-6-12	6月30日
13	大宮前春日神社	杉並区宮前3-1-2	6月10日	38	下神明天祖神社	品川区二葉1-3-24	6月30日	63	半田稲荷神社	葛飾区東金町4-28-22	6月25日
14	荻窪八幡神社	杉並区上荻4-19-2	6月30日	39	国高井戸浜田山八幡神社口	杉並区下高井戸4-39-3	6月30日	64	東大島神社	江東区大島7-24-1	6月30日
15	小野照崎神社	台東区下谷2-13-14	6月30日	40	十二社熊野神社	新宿区西新宿2-11-2	6月30日	65	日吉神社	昭島市拝島町5-10-36	6月30日
16	葛飾氷川神社	葛飾区堀切5-38-10	6月30日	41	西高井戸松庵稲荷神社	杉並区下松庵	6月30日	66	深川神明宮	江東区森下1-3-17	7月2日
17	香取神社	葛飾区堀切8-20-25	6月27日	42	正一位岩走神社	あきる野市伊奈1575	6月25日・30日	67	布多天神社	調布市調布ヶ丘1-8-1	6月25日
18	上神明天祖神社	品川区二葉4-4-12	6月30日	43	白鬚神社	墨田区東向島3-5-2	6月30日	68	堀切天祖神社	葛飾区堀切3-11-2	6月25日
19	亀戸天神社	江東区亀戸3-6-1	6月25日	44	神明氷川神社	東京都中野区弥生町4-27-30	6月30日	69	三崎稲荷神社	千代田区神田三崎町2-9-12	6月30日
20	烏森神社	港区新橋2-15-5	6月30日	45	隅田稲荷神社	墨田区墨田4-38-13	6月30日	70	妙義神社	豊島区駒込3-16-16	6月30日
21	雉子神社	品川区東五反田1-2-33	6月30日	46	諏訪神社	墨田区墨田2-17-1	6月30日	71	元三島神社	台東区根岸1-7-11	6月30日
22	貴船神社	品川区西品川3-16-31	6月30日	47	諏訪神社	江戸川区平井6-17-36	7月1日	72	大和町八幡神社	中野区大和町2-30-3	6月30日
23	久我山稲荷神社	杉並区下久我山	6月30日	48	高木神社	墨田区押上2-37-9	6月30日	73	湯島天満宮	文京区湯島3-30-1	6月30日
24	小石川大神宮	文京区小石川2-5-7	6月30日	49	高田總鎮守氷川神社	豊島区高田2-2-18	6月30日	74	六本木天祖神社	港区六本木7-7-7	6月30日
25	江東天祖神社	江東区亀戸3-38-35	6月30日	50	多田神社	中野区南台3-43-1	6月30日				

赤坂氷川神社 港区赤坂 6-10-12

6月30日(金) 18:00頃(17:00~ご神事終了後)

17:00からの「夏越の祓」ご参拝者された方の中から先着200名様にミニサイズの「夏越ごはん」を無料配布いたします。※無くなり次第終了 ※雨天中止

「夏越ごはん」ご提供店舗

外食店

「やよい軒」(全国約 330 店舗)



全国の店舗で「夏越ごはん」と豚しゃぶ定食を提供

商品名：夏越ごはんと豚しゃぶ定食

セット内容：夏越ごはん、豚しゃぶ、みそ汁

価格：790円(税込)

商品内容：十六穀米にオクラ入りの野菜かき揚げをのせた夏越ごはん、にんじんドレッシングでさっぱりと召し上がっていただける彩野菜の豚しゃぶを組み合わせた定食です。

販売期間：6月13日(火)～6月30日(金) 期間限定販売

実施予定店舗：全国の「やよい軒」(約330店舗)

㈱ラムラ/クリオネ会員店 (関東近郊 49 店舗)



ラムラ(クリオネ会員店)首都圏 49 店舗が展開。

商品内容：「茅の輪を模したかき揚げをのせた夏越ごはん」。

最後に付属の出汁をかけて天茶としても楽しめる。※ランチのみ
京町家(2店舗)、魚魯魚魯(3店舗)、土風炉(27店舗)、鳥元(6店舗)、大地の恵み(1店舗)、麴蔵(2店舗)、DO-ZO(1店舗)、音音(7店舗)

※提供開始日・提供方法・価格は店舗により異なります。

※詳しくは、下記へお問い合わせください。

株式会社ラムラ(クリオネ会員店) 中央区日本橋大伝馬町 10-8 タキトミビル 4F

電話：03-3661-3572(平日 10時～17時)

マーケティングサービスグループ 担当：松丸

<http://www.ramla.net/>

スーパーマーケット

㈱マルエツ (首都圏約 250 店舗)



首都圏の約 250 店舗にて「夏越ごはん」を提供

商品名：夏越ごはん

価格：398円(税込)

商品内容：黒米入り五穀ごはんに赤パプリカやゴーヤなどの彩り鮮やかな夏野菜とエビをつかったかき揚げを乗せた「夏越ごはん」。
特製おろしだれをかけてお召し上がりください。

販売期間：6月28日(水)～6月30日(金) 期間限定販売

実施予定店舗：首都圏の「マルエツ」一部都心店舗を除く約250店舗

その他飲食店

飲食店



ニホンバシ イチノイチノイチ

中央区日本橋 1-1-1
国分ビル 1F
電話：03-3516-3111

彩り豊かな野菜たっぷりのかき揚げを、すだちを効かせたさっぱりとしたタレでいただく、夏を感じさせる一品。茅の輪を模して揚げたにんじんがユニーク。

6/20～7/14
ランチセットで提供



れくら

港区赤坂 2-14-31
金波ビル B1
電話：03-5545-3858

「旬の食材をふんだんに使った夏越ごはん」は懐石料理のお店ならではの上品な一品。

6/19～7/7
ディナーコース



赤坂 三河家

港区赤坂 3-13-4
電話：03-3583-2030

茅の輪の形をしたお重には旬の副菜と桜海老のかき揚げが。老舗の料亭の「夏越ごはん」をお手軽価格で。

6月中旬～
7月中旬
平日ランチ限定
10食



たい家

港区赤坂 2-6-18
電話：03-3583-5851

鯛料理専門店では味わえる「夏越ごはん」は、さまざまな食材が楽しめる、ふつくとしたかき揚げが印象的。ランチタイムのお任せ膳で。

6/19～6/30
ランチ限定



崑春 (きはる)

港区赤坂 5-1-38
赤坂東商ビル B1
電話：03-3582-5188

農家から直送した旬の食材から、日々良いものを選び大人な夏越ごはんをご用意。

6月中旬～
7月中旬
ランチ、ディナー
コースで提供



えん

港区赤坂 2-13-7
赤坂キヨシビル 1F
電話：03-3560-0887

赤坂の穴場でいただく「夏越ごはん」。具材たっぷりのかき揚げと、こだわりの雑穀ごはんをじっくり味わいたい。

6/20～7/14
※6/26～6/30のみ
ランチでも提供
ランチ・ディナー
で提供



宝
千代田区丸の内 3-5-1 B1
電話:03-5223-9888

赤ピーマン、ズッキーニ、とうもろこし、かぼちゃ、みょうがを使ったかき揚げ丼。レモンをかけてサッパリとお召し上がりいただけます。

6/15~7/20

ANGKASA
渋谷区恵比寿南 1-11-1 B1
電話:03-5724-3542

インドネシア料理の焼飯「ナシゴレン」をアレンジしたアジア風「夏越ごはん」。芽の輪をイメージした丸い盛り付けに、夏野菜のパプリカやズッキーニ、そしてアボカドのつったユニークな一品。

6/15~7/20

CAFE A LA TIENNE
千代田区有楽町 1-1-1 1F
電話:03-3595-0565

ごはんの上で、海老とアボカドのタルタルに、輪切りのきゅうりやトマト、丸い盛り付けで芽の輪を表現した、彩り豊かなカフェ風「夏越ごはん」です。

6/15~7/20

<その他、提供店舗一覧>

No	エリア	店名	ジャンル	住所	販売期間
1	銀座	金の独楽	居酒屋	東京都中央区京橋3-4-4 イーストサイドビル B1 2~4F	6月15日~7月20日
2	下北沢	ギフト 下北沢	居酒屋、ビアバー、カフェ	東京都世田谷区北沢2-18-5 Neビル 3F	6月15日~7月20日
3	下北沢	貝グリル&ワイン 東京シェルモアナ	バル・バー、魚介料理・海鮮料理、居酒屋	東京都世田谷区北沢2-24-9 Ms下北沢 1F	6月15日~7月20日
4	二子玉川	TIME&SPACE	カフェ、パンケーキ、パン	東京都世田谷区玉川3-1-18 プラウドタワー 1F	6月15日~7月20日
5	上北沢	親子カフェ イルソーレ	イタリアン、洋食、カフェ	東京都杉並区下高井戸1-40-8 野崎ビル 2F	6月15日~7月20日
6	銀座	夢酒みずき	居酒屋、日本酒バー、割烹・小料理	東京都中央区銀座6-7-6 ラベビル B1F	6月15日~7月20日
7	丸の内	夢酒知花	居酒屋、魚介料理・海鮮料理、牛料理	東京都中央区八重洲1-7-10 今井ビル B1F	6月15日~7月20日
8	池袋	ふくろう	居酒屋、魚介料理・海鮮料理、日本酒バー	東京都豊島区東池袋3-10-7 ホテルウィング池袋 1F	6月15日~7月20日
9	虎ノ門	sake ビストロW	イタリアン、ハンバーグ、バル・バー	東京都千代田区霞が関3-2-6 霞ダイニング 1F	6月15日~7月20日
10	四谷	bistro W	西洋各国料理(その他)、ビストロ、野菜料理	東京都新宿区四谷3-14-1 ホテルウィングプレミアム東京四谷 1F	6月15日~7月20日
11	中目黒	ゆう馬	居酒屋、寿司、郷土料理	東京都目黒区上目黒1-26-1 中目黒アトラスタワーアネックス210	6月15日~7月20日
12	表参道	78 CAFÉ	カフェ、ダイニングバー、創作料理	東京都渋谷区神宮前4-9-2 神宮前MMビル 1F	6月15日~7月20日
13	吉祥寺	ギフト 吉祥寺	スペイン料理、バル・バー、居酒屋	東京都武蔵野市吉祥寺本町1-26-1 JK吉祥寺ビル B1F	6月15日~7月20日
14	表参道	SMOKE BAR & GRILL	カフェ、ダイニング	東京都渋谷区神宮前5-10-1 GYRE 4F	6月15日~7月20日
15	表参道	AOYAMA Mar Mare	バル・バー	東京都渋谷区神宮前5-52-2 青山オーバルビル B1F	6月15日~7月20日
16	新宿	薫屋 京王プラザホテル	そば、懐石・会席料理、豆腐料理・湯葉料理	東京都新宿区西新宿2-2-1 京王プラザホテル本館1F	6月15日~7月20日
17	六本木	CAFE FRANJIPANI	カフェ	東京都港区六本木6-8-21 SK六本木ハイツ 1F	6月15日~7月20日
18	新橋	レリッシュ ワークス デリカテッセン	ビストロ、イタリアン、カフェ・喫茶	東京都港区新橋1-17-6	6月15日~7月20日
19	代々木公園	Shiny Owl	カフェ、クレープ	東京都渋谷区富ヶ谷1-35-23	6月15日~7月20日
20	田町	お米oafé マキバスタイル	丼もの(その他)、和食(その他)、カフェ	東京都港区芝浦2-16-7 中野第三ビル2F	6月15日~7月20日
21	新宿	BOWLS oafe	カフェ、カフェ・喫茶	東京都新宿区新宿2-5-16 霞ビル 1F	6月15日~7月20日
22	浅草	オーガニック薬食 氣になるごはん かえもん造草本店	ダイニングバー、自然食、野菜料理	東京都台東区花川戸1-9-1 オースピス浅草花川戸 3F	6月15日~7月20日
23	下北沢	pebble	カフェ、アジア・エスニック料理	東京都世田谷区北沢2-14-1 OTビル 3F	6月15日~7月20日
24	八丁堀	松うら	和食	東京都中央区八丁堀3-23-9 カネコビル 1F	6月15日~7月20日
25	新宿	わすれん 新宿東口店	焼鳥、ちゃんこ鍋、居酒屋	東京都新宿区歌舞伎町1-17-4 ポケットビル1F	6月15日~7月20日
26	新宿	わすれん 新宿本店	焼鳥、ちゃんこ鍋、居酒屋	東京都新宿区新宿3-31-2 NS中央プラザビル2F	6月15日~7月20日
27	表参道	幹場	カフェ、ラウンジ、創作料理	東京都港区南青山3-13	6月15日~7月20日
28	目黒	こめの家 目黒店	居酒屋、日本酒バー、焼鳥	東京都品川区上大崎2-15-14 高木ビル B1F	6月15日~7月20日
29	高田馬場	米と魚 酒造 米家 高田馬場店	居酒屋、もつ鍋、しゃぶしゃぶ	東京都新宿区高田馬場2-18-11 稲門ビル 3F	6月15日~7月20日
30	表参道	Café Le Pommier	カフェ、ケーキ	東京都渋谷区神宮前5-8-2 日本看護協会ビル 2F	6月15日~7月20日
31	目黒	葱屋平吉 池尻大橋	居酒屋、和食	東京都目黒区東山3-13-2	6月15日~7月20日
32	目黒	宮崎焼酎酒場 ひなた	居酒屋	東京都目黒区東山3-14-1	6月15日~30日
33	新宿	魚吉三 神楽坂	割烹・小料理、魚介料理・海鮮料理、和食	東京都新宿区納戸町1 1	6月15日~30日
34	丸の内	天まる 丸ビル	天ぷら、居酒屋・ダイニングバー	東京都千代田区丸の内2-4-1丸ビル6F	6月15日~30日
35	二子玉川	玉乃葉梅軒	すき焼き、天ぷら、魚介料理・海鮮料理	東京都世田谷区玉川3-13-8	6月15日~30日
36	秋葉原	たつみ屋 ヨドバシAKIBA	どじょう、すき焼き、日本酒バー	東京都千代田区神田花岡町1-1ヨドバシAKIBA8F	6月15日~30日
37	渋谷	上五島 宇田川町	居酒屋、海鮮丼、うどん	東京都渋谷区宇田川町37-35渋谷宇田川ビル2F	6月15日~30日
38	新宿	葱屋みらくる 神楽坂	居酒屋、和食	東京都新宿区津久戸町3-15	6月15日~30日
39	新宿	TEJI TOKYO 本店	韓国料理、焼肉、居酒屋	東京都新宿区歌舞伎町2-21-3 第6本間ビル 1F	6月15日~7月20日
40	中目黒	イチマルイチR	スペイン料理、イタリアン、バル・バー	東京都目黒区青葉台1-30-13 サンライズ中目黒 1F	6月15日~7月20日
41	中目黒	中目黒だん	居酒屋、創作料理、もつ鍋	東京都目黒区上目黒3-7-11 松村ビル 2F	6月15日~7月20日
42	新宿	Lovers Cafe 新宿三丁目店	イタリアン、バル・バー、カフェ	東京都新宿区新宿3-10-10 委員会 3F	6月15日~7月20日
43	恵比寿	EBISU FRY BAR	そば、バル・バー、居酒屋	東京都渋谷区恵比寿1-26-13 ぼくみつマンション1F	6月15日~7月20日
44	原宿	スマイル・ジャンキー 原宿ベース カフェ	カフェ、洋食・欧風料理	東京都渋谷区神宮前1-20-4 AXIA原宿 1F	6月15日~7月20日
45	銀座	Cafe'Ohana	カフェ	東京都中央区銀座3-3-12 銀座ビル 4F	6月15日~7月20日

※口コミのグルメサイト「食べログ」でも夏越ごはん紹介サイトをオープン予定です<6/15(木)~7/20(木)>
<https://tabelog.com/campaign/nagoshigohan/>