



ブラック派？ホワイト派？



ブラックフライデーとは、アメリカの「感謝祭（Thanksgiving Day）」の翌日に行われる、年に一度の大規模なセールイベントのことです。感謝祭は、毎年11月の第4木曜日に祝われるため、その翌日の金曜日がブラックフライデーにあたります。この日を皮切りに、多くのお店がクリスマス商戦に向けて大幅な割引セールを開始します。おもちゃや家電、洋服などありとあらゆる商品が驚きの価格で購入できるため、買い物客で街が賑わう、まさにお祭りのような一日です。2025年の感謝祭は11月27日（木）ですので、アメリカのブラックフライデーはその翌日である28日（金）となります。この機会にいい買い物をしたいものですね！



さて、そんなブラックフライデーの由来を皆さんはご存じですか？「ブラック」と聞くと、人事担当は「ブラック企業」、営業職は「ブラックリスト」を真っ先に思い浮かべてしまいます。また、釣りが趣味という方であれば「ブラックバス」、学生なら「ブラックバイト」、高校生は「ブラック部活」、天文部員は「ブラックホール」が真っ先に浮かぶかもしれません。「ブラック」というと、このように少しネガティブなイメージを持つ言葉が目立ちます。しかし、「ブラックフライデー」の由来には2つの有名な説があります。一つはポジティブな説、もう一つは少し意外な説です。由来を知ると、敬遠しがちな「ブラック」にちょっとだけ親近感を覚えて、ブラックフライデーをさらに楽しめるかもしれません。

その由来として最も有力な説が、セールでお店が儲かって「黒字」になる日に由来するという「黒字説」です。アメリカの小売店では、会計帳簿に赤字を赤インク、黒字を黒インクで記録する習慣がありました。普段は赤字経営が続くお店もあることでしょう。しかし、感謝祭の翌日に大規模なセールを行うことで、買い物客が殺到し年間収支が一日で赤字から「黒字」に転換するほど儲かることから、「ブラックフライデー」と呼ばれるようになった、というポジティブな由来です。

そして、少し意外な説は、警察が名付けた「真っ暗な金曜日」に由来するという説です。これは「黒字説」よりも古くからある説らしく、1950年代～60年代のアメリカ・フィラデルフィアでの出来事が起源とされています。感謝祭の翌日の金曜日は、大規模なセール目当ての買い物客や、週末のイベントに向かう人々で街が大混雑し、交通渋滞や事故が多発しました。この大混雑を収拾するため、フィラデルフィアの警察官たちは朝から晩まで休みなく働き続けなければならませんでした。仕事の多忙さや街の混乱ぶりに辟易した警察官らが、皮肉を込めてその日を「真っ暗な金曜日（Black Friday）」と呼んだのが始まりだといわれています。当初はネガティブな意味合いで使われていた言葉が、時を経てポジティブなセールの名称として定着したという興味深い説です。

先日、いつものようにビールを飲みながらテレビを見てみると、食事と合わせて飲むと血糖値の急激な上昇が抑えられる飲み物はコーヒーと紅茶のどちらなのか検証するテレビ番組が放送されていました。結果は、どちらにも血糖値を抑える効果が期待できるとのことでした。コーヒーに含まれるクロロゲン酸という強力な抗酸化物質が糖の吸収を遅らせ、インスリン抵抗性を改善するらしいです。また、紅茶に含まれるポリフェノールがインスリンの働きを助け、血糖上昇をゆるやかにしますと報告されているそうです。



ところで、コーヒーにミルクも砂糖も入れないものをブラックコーヒーと呼びますよね！私はコーヒー派で毎朝ブラックを飲み続けていますが、10年連続で高血圧メタボの称号を産業医から授与されています。（←ホワイトジョーク）先週、大手通販サイトでブラックフライデーセールをやっていたので、戦略にハマってドリップコーヒーを箱買いしました。会社のホワイト化を中心となって進めている人事ですが、自らはブラックを飲み続け何とかカフェオレにするのが関の山です（←ブラックジョーク）笑