

毎月19日は食育の日

おうちのごはん

平令和3年 12月号

大阪市立福島小学校

元気モリモリ

今年は、大みそかの年越しそば、1月7日の七草がゆ、1月11日の鏡開きなどの食文化も体験してみましょう。

ええやんっ！



# 日本の伝統的な食文化を子どもたちに伝えていきましょう

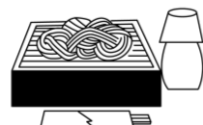
12月となり、今年もあとわずかになりました。日本では年中行事と関連した行事食があり、昔から食べ継がれてきています。日本の伝統的な食文化を子どもたちにこれからも受け継いでいきましょう。

## 正月・大みそかの行事食が一番

農林水産省が令和2年2月28日～3月6日に20～69歳の男女2000名を対象にWeb調査で和食文化に関する意識調査を行いました。

その結果より

- 1 季節の行事など特別な日に関連した食べ物を「ほぼ毎回食べる」「食べることの方が多い」と答えた人は「正月・大みそか」(おせち料理、年越しそば、雑煮、もちなど)が一番多く8割以上となりました。
- 2 「和食」「和食文化」に対するイメージは、「旬の食材を食べて季節を感じる」「行事の意味を伝える」「健康を祈る」が上位3位でした。
- 3 季節の行事など特別な日に関連した食べものについて重要なことは、「健康に良い」「季節を感じられる」「旬のものがおいしく食べられる」が上位3位でした。



## お節料理に込められた願い

「お節料理」のお節とは、平安時代宮中で行われていた「御節供」の行事に由来する言葉です。年に数回季節の節目にお供えをしていました。一年の始まりであるお正月は、幸せや豊作をもたらす「歳神さま」を各家庭で迎える行事として特に古くから大切に祝われてきました。今では、正月に食べる食事のみを「お節料理」と呼ぶようになりました。

お節料理に詰める料理には、様々な意味が込められています。

### 一の重 (祝い肴、口取りなど)

黒豆・・・健康

きんとん・・・裕福

田作り (ごまめ)・・・豊作

数の子・・・子孫繁栄

たたきごぼう・・・一家安泰

伊達巻き・・・学力向上

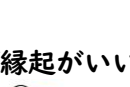


### 二の重 (酢の物、焼き物など)

ぶり・・・出世

えび・・・長寿

なます・・・紅白で縁起がいい



### 三の重 (煮物など)

くわい・・・繁栄でめでたい

れんこん・・・将来の見通し

がきく

昆布巻き・・・喜ぶに通じる

縁起物



### 雑煮

お供えしていた食材と餅をひとつの鍋で煮て食べたのが始まりです。

もちの形や汁の味、具材などで全国各地いろいろな雑煮があります。

関西は、丸もちの

みそ仕立て、東日本は、

角もちのすまし

仕立てが多いと

されています。

