



いただきます

令和5年12月号
大阪市立福島小学校

行事食について知ろう



12月のこんだてよい

18日（月）焼きかぼちゃのあまみつけ



12月22日の冬至にちなんだおかずです。

冬至は、1年で1番昼が短く夜が長い日です。むかしからかぼちゃを食べて、ゆず湯に入る習かんがありました。冬至にかぼちゃを食べると、かぜをひかずに健康に暮らせるといわれています。

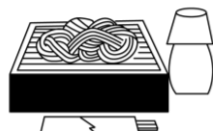
季節ごとの行事やおいわいの日に食べる特別な料理を「行事食」といいます。
行事食には、家族のしあわせや健康を願う意味がこめられています。今月は年末年始の行事食について紹介します。

12月31日

とし年こしそば

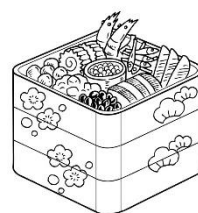


おおみそかに、とし年こしそばを食べるようになったのは、江戸時代からです。そばが細く長いので、長生きできますようにと願って食べられています。

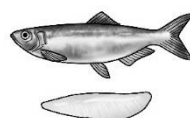


1月1日

おせち料理



かずのこ



かずのこは、にしんという魚のたまごです。子どもがたくさん生まれ、代々栄えますようにという願いがあります。

1月の給食に出ます。

黒豆



家族のみんなが、1年間まめ（元気）に暮らせますようにという願いがこめられています。

えび



こしが曲がるまで長生きできますようにという願いがこめられています。

ごまめ



ごまめは、かたくちいわしの子どもを干したものです。むかし、田んぼにひ料としてまいていたことから「田作り」と呼ばれ、たくさん米がとれますようにという願いをこめています。

1月7日

七草がゆ

正月のごちそうにつかれた胃腸をいたわり、不足しがちな青菜を食べるためと健康で無事にすごせるように願って食べます。



くりきんとん



きんとんは、漢字で書くと「金団」と書きます。金は黄金を意味していて、今年もゆたかな生活が送れますようにという願いがこめられています。

1月の給食に出ます。

こぶまき



こんぶは、「よろこぶ」につながり、おめでたい食材とされています。

ぞう煮



各家庭、地域によって味や材料がさまざまです。使用するもち、丸もちや角もち、ぞう煮の味つけもしょうゆ味やみそ味などがあります。1月の給食には、白玉もち、けい肉、さといも、金時にんじんなどを使ったみそ味のぞう煮がでます。

ほかにどんな行事食があるか調べてみましょう。