

食育つうしん

1月

大阪市立新東淀中学校 保健室
平成30年 1月10日

行事食について知ろう

年中行事と食について

古くから、人間は自然をおそれ、感謝すると同時に、そこへ願いや祈りを込めてきました。それが「年中行事」となり、今も残っています。

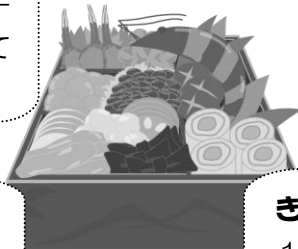
どの年中行事も意味があり、「五穀豊穰」^{こくほうじょう}、「無病息災」^{むびょうそくさい}、「子孫繁栄」^{しそはんえい}につながるものがほとんどで、年中行事に食べられる行事食には、特別な思いが込められています。

お節料理

お節の「節」とは1年のうちに何度かある特に大切な年中行事のことで、本来はそのような時に作る特別な料理がお節でした。現代では正月に食べる料理のみをお節と呼ぶようになりました。

くわい：出世や繁栄、「めでたい」という意味があります。

数の子：子宝や子孫繁栄を願っています。



えび：腰が曲がるまで長生きできるようにという長寿の願いを込めています。赤色は魔除けの意味もあります。

黒豆：黒色は魔除けの色。丈夫で健康に「まめまめしく」暮らせるようにという健康長寿の願いも込められています。

きんとん：今年も豊かな1年であるようにという願いを込めています。

昆布巻き：「よろこぶ」にかけた縁起物です。

全国各地のいろいろな雑煮

地域によって、汁の味付け、もちの形、具などは様々で、各家庭にも違いがあります。

大阪府



白みそ仕立て・丸もち

元日は白みそ仕立て、2日はすまし汁のように、元日と2日の雑煮に違いがあるところもあります。

鳥取県



すまし汁・丸もち

鳥取県や島根県の一部では、「小豆雑煮」と呼ばれ、ぜんざいのような雑煮が食べられます。

東京都



すまし汁・角もち

かつおぶしのだしをとったすまし汁です。角もちで、具は、鶏肉、小松菜、かまぼこなどです。

福井県



赤みそ仕立て・丸もち

とてもシンプルで、丸もちの上にかつおぶしをのせます。地域によっては蕪を入れます。