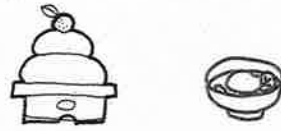




## 日本の行事食



日本には、伝統的な行事があり、これに結びついて伝承された料理が「行事食」です。大晦日に食べる「年越しそば」、お正月に食べる「おせち料理」などには、家族の健康や子どもの成長、作物の豊作、天災よけなど人々の願いや祈りが込められています。

これらを味わい、そこに込められた意味を知ることは、子どもにとっても、食文化を伝えるためにも大切です。

年末年始、家族や親戚が集まるときには是非、日本の行事食についても話題にしてみてください。



### 「年越しそば」のいわれ

「そばのように長く生きられるように」「切れやすいそばのように、旧年の労苦や災厄をさっぱり切り捨てよう」など、年越しそばにはさまざまな意味があります。かけそばやざるそばにして、家族でいっしょにゆったりと新年を迎えたいですね。



### お正月に食べられる「おせち料理」

「おせち」は「御節」と書き、「御節供」の略です。本来は正月料理および五節供などに用いる料理を意味しましたが、現在ではお正月に食べる風習だけが残っています。

### おせち料理の意味

無病息災、子孫繁栄の願いが込められています。

タイ めでたい



紅白なます お祝いの水引をかたどったもの



伊達巻き 華やかで

しやれた色や形から



田作り 豊年豊作祈願（江戸時代に高級肥料として片口いわしが使われたことから）



黒豆 まめ(健康)に暮らせるように



昆布 よろこぶ



数の子 子孫繁栄



### 「七草がゆ」のいわれ

1月7日は七草がゆ。七種（草）は中国より伝来し、日本では平安時代初めに宮中に、江戸時代には幕府の行事として伝わり、庶民へと広まってきたようです。昔は、旧正月の子の日に野に出て七草の若菜を摘み、おかゆで食べ邪気を祓い、一年の無病息災を祈る行事として始まったようです。今ではお正月のごちそうで疲れたお腹を休める意味合いが大きくなりました。



セリ



ナスナ  
(ペンペン草)



ゴギョウ  
(ハハコグサ)



ハコベラ  
(ハコベ)



ホトケノザ  
(コオニタビラコ)



スズナ  
(かぶ)



スズシロ  
(だいこん)