



季節ごとの行事やお祝いの日食べる特別の料理を「行事食」といいます。大晦日に食べる「年越しそば」やお正月に食べる「おせち料理」には家族の幸せや健康を願う意味がこめられています。

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。年末年始にご家族でも是非、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。

おせち料理

「おせち」は「御節」と書き、「^{おせちく}御節供」の略です。本来は正月料理および^{ごせつく}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習慣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。

数の子 子孫繁栄



鯛 めでたい



紅白なます お祝いの
水引をかたどったもの



黒豆

まめ（健康）に
暮らせますように



昆布
よろこぶ



栗きんとん 見た目の
色合いが豪華に見える
様子から



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）



さといも さといもは小さい
いもがいっぱいつくので、
子宝にめぐまれるように



伊達巻き 華やかで
しゃれた色や形から



七草がゆのいわれ

1月7日の朝に、無病を祈って7種類の野菜をかゆに入れて食べます。もともとは中国の習慣で、春の七草をかゆに煮込んで神に供えたとともに家族で食べ、万病・邪気をはらうために行われてきた行事でした。

芽ぶきのエネルギーをもらって、無病息災の願いを込めておかゆを炊きます。



さまざまな願いや意味が込められた料理を食べながら、家族の一年のしあわせを願いましょう。