

## 日本の行事食…お正月に食べる「おせち料理」



お正月の行事は、本来は年神様をお迎えして、五穀豊穡を祈る農耕儀礼でした。おせち料理は、「お節句料理」が変化したもので、年に5回ある節句の日（他に桃の節句、端午の節句、七夕、重陽）を祝って食べる料理のことで、年の初めを祝って食べるおせちの中身は願い事の意味が込められています。

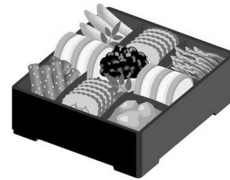
### おせち料理の意味



おせちには、無病息災、子孫繁栄などの願いが込められています。

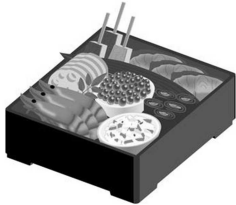
#### ①一の重(口取り・祝肴)

黒豆：まめ(健康)に暮らせるよう  
数の子：子孫繁栄  
田作り：豊年豊作祈願  
昆布：「よろこブ」の意味  
きんとん：金団。お金に見たて、お金がたまる



#### ②二の重(焼き物・酢の物)

タイ：「おめでタイ」ことの意味  
エビ：腰が曲がるまでの長寿



#### ③三の重(煮物)

ゴボウ：細く長く生きる  
サトイモ：小芋がいっぱいついで、  
子宝にめぐまれるように  
くわい：「芽が出る」=出世に通じる



## お正月のあとに食べる「七草粥」

1月7日に、春の七草（セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ）を入れたかゆを食べると、お正月で疲れた胃を守り、1年間病気をしないとされています。七草粥の習慣は江戸時代に広まったとされ、最近では「春の七草セット」として売られています。七草をそれぞれならべ、子どもたちと一緒にどれがどの草なのか当てるのも楽しいですね。保育所では6日の3時のおやつに提供します。どんな草?だったか、お話してみてくださいね。

