

今月の食育コーナーのテーマは・・・

「お正月の豆知識」

お正月の豆知識

あなたの家では、お正月に「おせち料理」を食べますか？
「おせち料理」は、もともと、「季節の変わり目（節日）に神様にお供えするもの」でしたが、今では、お正月だけに作られるようになりました。

「おせち料理」には、それぞれに意味があり、家族の健康や長寿などを願う温かい気持ちが込められています。

また、お正月に使う「箸」や、「お正月に食べるものの」には、それぞれに意味があります。豆知識として覚えておきましょう。

おすすめのお正月料理

家内安全 を願うあなたにおすすめ

おせち料理が大晦日までに作られるのはなぜでしょう？

- 正月に火を使わないようにするため
- 正月に包丁を使わないようにするため
- 正月は店が休みだから

おせち料理を重箱に詰める意味やその願いは何でしょう？

- 重ねれば重ねるほど
お金持ちになりますように…
- 家族みんなの年が重なっていきますように…
- おめでたいことが重なりますように…

おせち料理を食べる時に使う「祝箸」とは、どのような箸でしょう？

- おめでたい赤色にぬられている箸
- 神様も食べられるように、両方の先が細い箸
- 折れないように、じょうぶな木で作られている箸

成績アップ を願うあなたにおすすめ

金運アップ を願うあなたにおすすめ

さといも 数の子 (ニシキの卵)
「子どもがたくさん生まれて家が榮えますように…」と願って食べられます。

たたきごぼう
豊作になる年に現れるおめでたい鳥（黒い鶴・瑞鳥）に似せて作り、豊作を願って食べられます。

煮しめ
いろいろな材料をいっしょに煮ることから、「家族がいっしょに仲良く暮らしますように…」と願って食べられます。

たづく ごまの 田作り (五万枚)
昔、干したイワシを粉にして田の肥料にしたところから豊作を願って食べられます。
別名「五万枚」とも呼びます。

紅白なます

「なます」とは、魚や野菜を生で食べる料理です。
「紅白なます」は、だいこんとにんじんの色と形が、ご祝儀袋の「水引」のように見えることから、お祝い料理の一つとされています。

昆布まき
「昆布」＝「よろこぶ」につながり、「年間の幸運」を願って食べられます。

れんこん
穴が開いていることから、「先の見通しがさく」「先が見える」という幸運を願って食べられます。

黒豆
「まめ(まじめ)に働き、まめ(健康)に暮らしますように…」と願って食べられます。
「黒」には、魔よけの力があるとされています。

日本の代表的な食文化の一つ「おせち料理」。

お正月に食べる料理に関心をもったり、料理に込められた願いを知ったりしましょう。