

# 給食たより

《家庭数》

令和2年12月  
岩槻小学校

12月になりました。今年もあと1か月となり、あわただしく毎日が過ぎていきます。年末は冬至や大みそか、1月は正月料理に始まり、鏡開きなどさまざまな行事があり、行事食を味わう絶好の機会です。日本の伝統文化である行事の意味や由来などについて、家族で語り合ってみてはいかがでしょうか？ また、家庭の味や地域ならではの料理について話してみるのもよいですね。

## 伝統的な行事食を知ろう

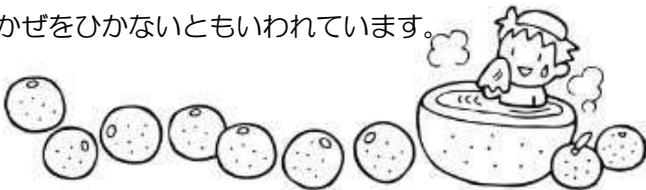
伝統的な行事の時につくられている特別な食べ物のことを行事食といいます。行事食には季節の食材が使われたものが多くあります。昔から伝わってきた行事食をこれからも受け継いでいきたいですね。

### 冬至



冬至は、1年のうちで、もっとも昼が短く、夜がもっとも長い日です。また、冬至をすぎると、これまで短くなっていた日が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日とも考えられていました。

冬至には、かぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりします。かぼちゃを食べると中風（脳の血管の病気）やかぜの予防になるといわれています。また、ゆず湯に入るとかぜをひかないともいわれています。



### おせち料理

おせち料理とは、もともと五節句などの節目に、神様にお供えた料理のことをいいました。本来は五節句の時につくられていましたが、今では、正月のみにつくられるようになりました。おせち料理に入っている黒豆は、まめに暮らせるように、数の子は子孫繁栄、田づくりは五穀豊穡、たたきごぼうは豊年と息災、えびは長寿などの願いが込められています。



### 年越しそば



年越しそばは江戸時代頃から食べられていました。由来については諸説あります。

- ①そばは切れやすいため、今年の苦労や不運をきれいに切り捨てて、来年を幸運で迎えられるように。
- ②そばは細くて長いので長寿になるようにという願いを込めて。

- ③金銀細工師が細工で散らかった金や銀を集めるのに、そば粉を使っていたので、金を集める意味。

また、地域によっては年越しにうどんを食べたり、年取り魚（さけやぶりなど）を食べたりする風習があります。



### 七草がゆ



1月7日の朝に春の七草を入れたおかゆを食べて1年の健康を祈る風習です。七草を包丁などで細かくたたき、おかゆに入れます。七草をたたくときに「七草なすな〜♪」などとうたう地域もあります。



に入っているものは？

