



食育だより

冬休み号

御船町学校給食センター

新年への願いを込めた

お正月の行事食

新しい1年の始まりであるお正月は、その年の幸福や豊作をもたらす「歳時祭」を各家庭にお迎えする日本の伝統行事です。家族そろっておせち料理やお雑煮といった正月料理を食べて、新年の無事を祈ります。現在では、おせち料理を手作りする家庭が減っており、洋風や中華風などバラエティ豊かなおせち料理が販売されていますが、伝統的なおせち料理には新年への願いを込めた縁起の良い食べ物が使われています。



伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

※地域や家庭によって違いがあります。



◆一の重 (祝い肴・口取りなど)

- 黒豆** まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。
- 数の子** 子宝に恵まれるように。
- 田作り (ごまめ)** 豊作を願って。
- たたきごぼう** 家族や家業が土地に根を張るように。
- 伊達巻** 知識や教養が身につくように。
- きんとん** 金運に恵まれるように。
- 紅白かまぼこ** 赤は魔除け、白は清浄を表す。

◆二の重 (酢の物・焼き物など)

- ブリ** 出世できるように。
- タイ** 「めでたい」の語呂合わせ。
- エビ** 長生きできるように。
- 紅白なます** お祝いの水引を表す。

◆三の重 (煮物など)

- 里いも** 子宝に恵まれるように。
- れんこん** 将来を見通せるように。
- くわい** 出世できるように。
- 昆布巻き** 「よろこぶ」の語呂合わせ。

お雑煮

かんとうふうそうに 関東風雑煮

地域の食材を使って作る餅入りの汁物で、餅の形、入れる具材、汁の味つけ、調理方法など、地域や家庭によって特色があります。餅を入れない地域もあります。

お屠蘇

漢方薬の「屠蘇散」を、日本酒や本みりんに浸して作る薬草酒。邪気を払い、長寿を願って家族の中で若い人から順に飲んでいきます。

ならびかえクイズ

言葉のならびかえクイズです。ヒントを見て順番にならべると、食事や12月の食べ物に関する言葉になります。最初はヒントを見ないで考えてみましょう。



①

キャベツ
た

なす
ま

はくさい
い

ピーマン
す

ブロッコリー
だ

にんじん
き

ヒント① おもい順にならべよう！

②

とうもろこし
こ

もやし
ば

きゅうり
し

だいこん
し

オクラ
そ

ごぼう
と

ヒント② なが〜い順にならべよう！

③

みかん
よ

メロン
ん

ブルーベリー
え

スイカ
す

いちご
い

りんご
ば

ぶどう
ら

かき
う

ヒント③ 小さい順にならべよう！

④

ヒト
よ

キリン
う

チーター
き

ゾウ
り

ライオン
よ

ナマケモノ
り

リクガメ
う

ネコ
ど

ヒント④ 足のはやい順にならべよう！

⑤

シラス
ん

クマノミ
は

ジンベエザメ
や

タイ
き

シャチ
ね

イワシ
ご

カレイ
あ

エイ
は

カツオ
お

マグロ
や

サンマ
さ

クジラ
は

ヒント⑤ おお〜い順にならべよう！

こたえ

(1) かいふくしやうき (2) かいふくしやうき (3) かいふくしやうき (4) かいふくしやうき (5) かいふくしやうき

※野菜や果物、海の生き物に関しては、平均的なサイズを基準にしています。