



# しょくいく 食育だより

## ふゆやす 冬休み号

みふねまちかうこうをうしき  
御船町学校給食センター

### しんねん 新年への願いを込めた

### お正月の行事食

あたらしい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「どんぎ」として神様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



いちの重 (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	こだらめぐ 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	かぞく かぎょう とち 家族や農業が土地に根を張るよう。
伊達巻き	ちしき きょうよう 知識や教養が身につくよう。
きんとん	きよ きよ めぐ 着るものに困らないよう。
紅白かまぼこ	きよ まよ しろ せいじょう あらわ 金運に恵まれるように。
	赤は魔除け、白は清淨を表す。

二の重 (酢の物・焼き物など)	
ブリ	しゅっせき 出世できるように。
タイ	めでたい の語呂合わせ。
エビ	ながい 長生きできるように。
紅白なます	お祝いの水引を表す。

さんじゅう (煮物など)	
里いも	こだらめぐ 子宝に恵まれるように。
れんこん	しょうさい みとお 将来を見通せるよう。
くわい	じゅつせ 出世できるように。
昆布巻き	よろこぶ の語呂合わせ。



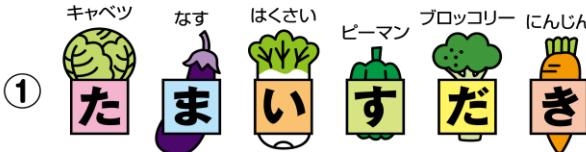
地域の食材を使って作る餅入りの汁物で、餅のかたち、入れる真材、汁の味つけ、調理方法など、地域や家庭によって特色があります。餅を入れない地域もあります。



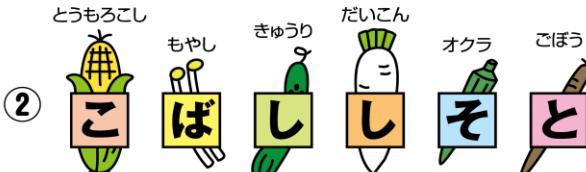
漢方薬の「屠蘇散」を、日本酒や本みりんに浸して作る薬草酒。邪気払い、長寿を願って家族の中で若い人から順に飲んでいきます。

## ならびかえクイズ

ことば 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。



ヒント①  
おもじゆん 重い順にならべよう！



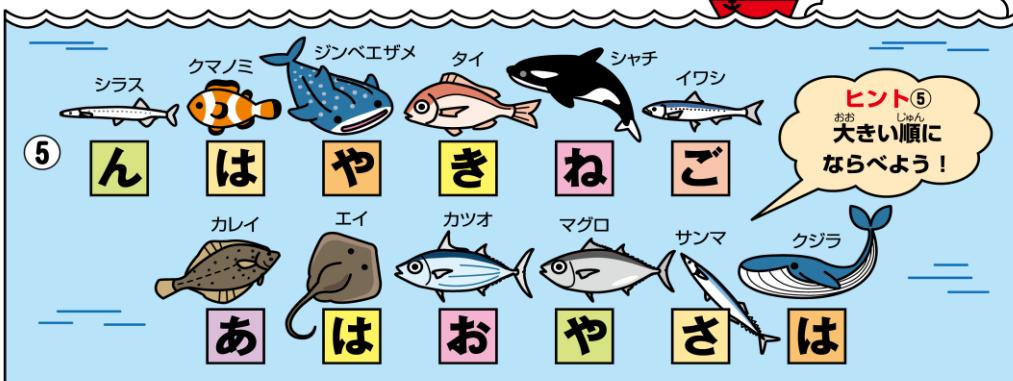
ヒント②  
ながじゅん 長~い順にならべよう！



ヒント③  
ちいじゅん 小さい順にならべよう！



ヒント④  
足のはいや順にならべよう！



ヒント⑤  
おお大きい順にならべよう！

### こたえ

(1) キャベツ なす はくさい ピーマン ブロッコリー にんじん  
(2) とうもろこし もやし きゅうり だいこん オクラ ごぼう  
(3) ミカン メロン ブルーベリー スイカ いちご りんご ぶどう かき  
(4) ヒト キリン チーター ゾウ ライオン ナマケモノ リクガメ ネコ  
(5) シラス クマノミ ジンベエザメ タイ シャチ イワシ  
カレイ エイ カツオ マグロ サンマ クジラ

\*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。