

# あけましておめでとらございます

冬休みが終わり新しい1年が始まりました。

今の学年で過ごすのも残りわずか…「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、

この3か月間はいつも以上に時間が過ぎるのを早く感じる時期です。

食事をしっかりとって、健康第一に過ごしてほしいと思います。

今年も力を合わせて、安心・安全でおいしい給食作りに取り組んでいきますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

## 1月の行事食

1年の始まりをお祝いする正月をはじめ、1月には、さまざまな行事食があります。健康で長生きできるように願ひを込めたり、1年間病気をせずに無事に過ごせるよう縁起をかついだりと、どれも意味があるものです。



## おせち料理



### 〈おせち料理に込められた意味や願ひ〉

- ◆きんとん…財産に恵まれるように
- ◆黒豆…マメ(健康)に暮らせるように
- ◆昆布巻き…「よろこぶ」の語呂合わせ
- ◆田作り…豊作になるように
- ◆エビ…長生きするように
- ◆数の子…子宝に恵まれるように



## お雑煮



地域や家庭によって具材や味つけ、もちの形など、実にさまざまです。関東地方や東北地方では四角い切りもちを入れる所が多く、関西地方や九州地方では丸もちを入れる所が多いようです。香川県では「あんもち雑煮」といって、あんこの入ったもちを白みそ仕立ての汁に入れます。



## 七草がゆ



春の七草「せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」を入れたおかゆを食べて、正月のごちそうで疲れた胃腸をいたわり、新しい年の無病息災を祈ります。

## 鏡開き



昔は、お供えの鏡もちには神様の力が宿ると考えられていて、硬くなった鏡もちを木槌などで叩いて割り、それを食べることで、新しい生命をいただくことができると信じられていました。「割る」という言葉は縁起が悪いので、縁起の良い「開く」が使われます。

## 小正月



邪気や厄をはらうといわれる小豆を入れたおかゆを食べ、1年間の無病息災を祈ります。青森県では「けの汁」といって、冬にとれる根菜や保存食の山菜、しみ豆腐などを入れた汁物を食べます。

## 二十日正月



正月のお祝いの行事がすべて終了する日。お供えしていたものをすべて下げ、食べつくす地域もあります。

