



# 食育だより 1月

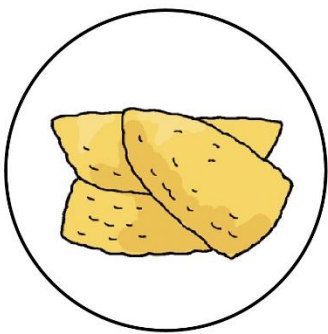
ねんちゅうぎょうじ むかし た つ とくべつ た ぎょうじしよく  
 年中行事には、昔から食べ継がれている特別な食べものがあり、それを行事食といいます。  
 ぎょうじしよく しんぶつ そな ご そな もの さ なおらい  
 行事食は、もともとは神仏に供えて、その後、供え物を下げていただくもの(直会)でした。  
 ぎょうじしよく た ねん けんこう す  
 行事食を食べて1年を健康に過ごしましょう。



## おせち料理のいわれ

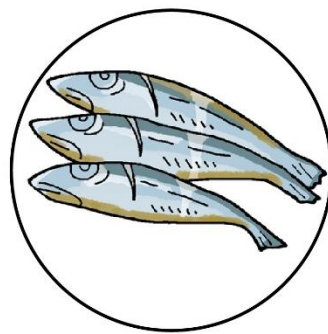
### 数の子

かず こ  
 数の子は、にしんの  
 たまご たまご おお  
 卵です。卵が多いこと  
 から、し そん はん えい ねが  
 子孫繁栄の願い  
 こ  
 が込められています。



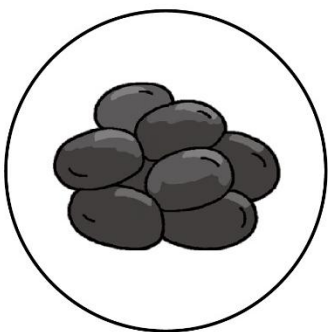
### 田づくり

た  
 田んぼにこいわしの  
 た ひりょう  
 肥料をまいたことから、  
 た 田づくりと呼ばれ、よ ほう  
 作の願いがあります。



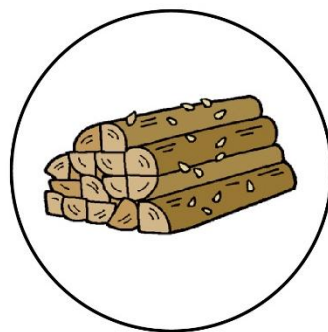
### 黒豆

くろ まめ  
 まめは、まめに働き  
 きん べん はたら  
 (勤勉)、まめに生きる  
 けん こう い  
 (健康)という願いがあ  
 ねが  
 ります。



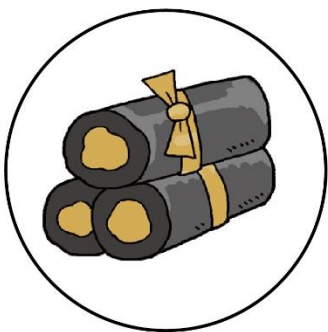
### たたきごぼう

ね ちちゅう  
 ごぼうは、根が地中  
 ふか はい ほう ねん  
 深くに入ることや豊年  
 そく さい ねが こ  
 や息災の願いが込めら  
 れています。



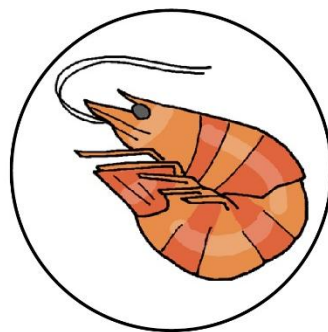
### こぶ巻き

むかし ま  
 昔は「ひろめ」と呼  
 しゅう ぎ もち  
 ばれ祝儀に用いられ、  
 また、よろこ こと ば  
 「喜ぶ」の言葉に  
 えん ぎ もの  
 かけた縁起物です。



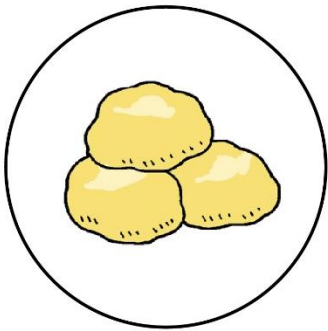
### えび

こし  
 えびのように、腰が  
 ま なが い  
 曲がるまで長生きでき  
 るようにとの願いが込  
 ねが こ  
 められています。



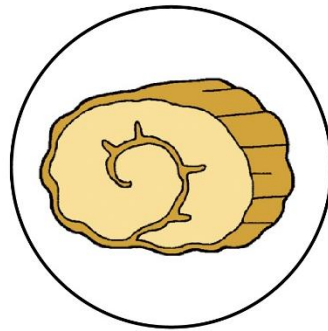
### きんとん

きん とん  
 きんとん(金団)に  
 ざい ほう い み  
 は、財宝などの意味が  
 あります。きん うん ねが  
 金運への願  
 こ  
 いが込められています。



### 伊達巻き

だ て ま  
 巻物に似た形から文  
 まき もの に かたち ぶん  
 化、学問、教養を持つ  
 か がく もん きょうよう も  
 ことを願ったといわれ  
 ねが  
 ています。



みなさんのおうちでは、おお がんじつ  
 大みそかや元日にどのようなものを食べますか？

ぞうに あじつ かくかてい ちい き じぶん あじ しら  
 お雑煮の味付けは各家庭や地域によってさまざまです。自分のおうちの味を調べてみましょう。

