









1月 給食だより



もう少しでお正月ですね。お正月は日本の伝統食や各地域の郷土食と触れ合える
とってもいい機会です。各ご家庭で過ごす年末年始もみんなで食卓を囲み、
食を楽しんでもらえたらと思います。

□■おせち料理のそれぞれの名前とその意味を知ろう!■□

<p>① 紅白かまぼこ かまぼこは「日の出」を象徴するものとして元旦にはなくてはならない食材です。 紅はめでたさと慶びを 白は神聖を表しています。</p> 	<p>② 黒豆 「まめ」は元来、丈夫・健康的を意味する言葉です。「まめに働き、まめに暮らせますように」という願いが込められています。</p> 	<p>③ 昆布巻き 昆布は「喜ぶ」の言葉にかけて正月の鏡飾りにも用いられている縁起ものです。おせち料理には結び昆布や昆布巻きにも使われます。</p> 
<p>④ 数の子 数の子はニシンの卵であることから二親(にしん)から多くの子が産まれますようにという願いが込められています。</p> 	<p>⑤ えび エビの姿に例えて長いひげを生やし腰が曲がるまで長生きしますように…と長寿を祈る食べ物です。</p> 	<p>⑥ 栗きんとん 漢字で「金団」と書くことから黄金に輝く財宝に例えて金運を呼ぶ縁起ものです。</p> 

☆おせち料理を詰める重箱の豆知識☆

おせちは「めでたいことを重ねる」という願いを込めて重箱に詰めます。基本は四段重ねで、上から順に【一の重】【二の重】【三の重】【予の重】と呼びます。

四段目のお重を「四の重」と呼ばず【予の重】と呼ぶのは「四」＝「死」を連想させ、縁起が悪いといわれているためです。

詰め方や、料理の組み合わせは地域や家庭・しきたりなどによって様々ありますが、最も代表的な詰め方を紹介いたします。

- 【一の重】 … 黒豆・数の子・田づくりなどの祝い肴
- 【二の重】 … 伊達巻や栗きんとんのような甘いものが中心
- 【三の重】 … 魚や海老の焼き物など海の幸が中心
- 【予の重】 … 野菜類の煮物など山の幸が中心

