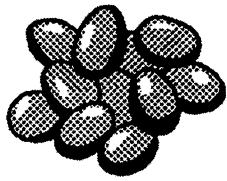
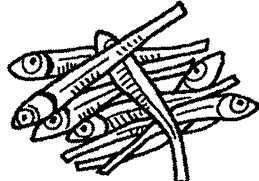
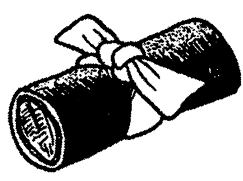
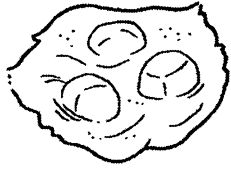




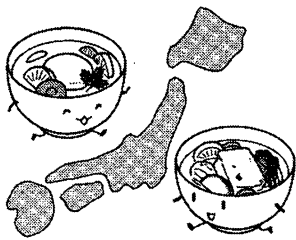
おせち料理について



正月の行事食といえば、おせち料理ですが、もともとは五節句（正月7日、3月3日、5月5日、7月7日、9月9日）に神様に供えてからいただく「御節供」が変化したものです。今では、正月料理のことだけをさすようになりました。また、おせち料理には、家族の健康や幸せを願う意味が込められています。

黒豆  邪気をはらい、まめに暮らせますように。	田作り  豊作をもたらしますように。	こぶ巻き  「よろこぶ」という言葉にかけて。
かずのこ  子宝に恵まれますように。	きんとん  金運がよくなりますように。	えび  腰が曲がるまで長生きできますように。

さまざまな雑煮



雑煮は、正月三が日の祝いの食べ物です。具材や味つけは各地さまざまで、一般的に、東日本は角もち、西日本は丸もちが多く、すまし汁とみそ仕立てがあります。そのほか、あずき入りのもちが入った雑煮や、もちを入れない雑煮、雑煮を食べない地域もあります。

子どもたちに伝えたい 七草がゆ

1月7日は、無病息災を祈って、七草がゆを食べる風習があります。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろのことです。正月に食べ過ぎた胃を休めるためにも七草がゆをつくって食べてみませんか。

