12月 給食だより

年末年始は、行事食に触れる機会に！

外国の行事が楽しいイベントとして定着する中、日本で古くから受け継がれてきた伝統行事や行事食に触れる機会が少なくなっています。学校では、給食を通して伝統的な食文化を学べるようにしていますが、年末年始は給食がありませんので、ご家庭で行事食や郷土料理を味わい、“ふるさとの味”や“わが家の味”を伝える機会にしてみてはいかがでしょうか。

年末年始の行事と行事食

大晦日（12月31日）

１年の締めくくりとなる日。今年の苦労を断ち切り、新年への願いを込めて、年越しそばや「年取り魚」を食べる風習があります。年取り魚は地域によって異なりますが、ブリやサケが用いられます。

人日の節句（1月7日）

五節句の一つで、春の七草を入れた七草がゆを食べて邪気をはらい、無病息災を願います。

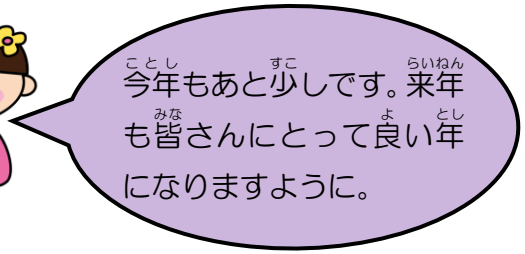
春の七草
◆セリ◆ナズナ
◆ゴギョウ◆ハコベラ
◆ホトケノザ
◆スズナ◆スズシロ

冬至（12月21日ごろ）

１年で最も昼が短く、夜が長い日。ゆず湯に入って身を清め、かぼちゃや小豆を食べて邪気をはらい無病息災を祈る風習があります。

ゆず

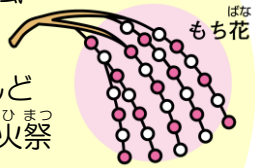
かぼちゃと小豆のいとこ煮



小正月（1月15日）

邪気をはらう小豆を入れた「小豆がゆ」を食べる風習があります。

また、「左義長」「どんど焼き」などと呼ばれる火祭りが各地で行われます。


もち花

あずきがゆ

正月（1月1日～）

１年の始まりとなる日。「歳神様」をお迎えするため、門松、しめ飾り、鏡餅などを飾り、おせち料理やお雑煮を食べて新年のお祝いをします。

おせち料理

一つひとつの食材に新年への願いが込められています。「福を重ねる」「めでたさを重ねる」と、縁起を担いで重箱に詰めるのも特徴です。

おせち料理

お雑煮

地域の食材を使った餅入りの汁物です。西日本では丸餅、東日本では角餅がよく使われます。

また、あん入りの餅を入れる地域、餅自体を入れない地域もあります。

かんさいふうぞうに
関西風雑煮

かんとうふうぞうに
関東風雑煮