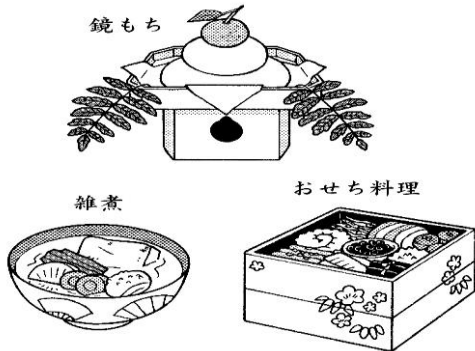


新しい年を迎えました。年の初めの1月は、「睦月」とも言います。親戚や知人が互いに行き交って「仲睦まじく」する月から名付けられたそうです。今年はなかなか会うのは難しいですが、1月はお正月に始まり、七草、鏡開きなど、1年間を健康に暮らせるようにとの願いを込めた行事がたくさん行われます。1年間元気に過ごせるように体調管理に気をつけましょう。

1月の行事食を知ろう！

正月



昔から正月はとても大切な年中行事でした。12月から大掃除を行い、門松を立てて鏡もちを供え、雑煮やおせち料理の準備をします。大掃除は年神様を迎えるために清めるという意味がありました。門松には年神様が宿ったといわれます。鏡もちとは古代の円形の鏡のように丸いもちを重ねて、年神様に供える神聖なものです。また、雑煮も供物で、年神様に捧げたものと同じものを食べることで、1年の健康や幸せを願っていました。おせち料理にも、田づくり(五穀(ごこく)豊穰(ほうじょう)を願う)、黒豆(まめに暮らせるよう)など、いろいろな意味があります。

人日の節句



人日の節句は、1月7日で五節句のひとつです。この日の朝に、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」の入った七草がゆを食べます。これは野山で若菜を摘み、自然の芽吹きをいただいて、活力を得る風習でした。

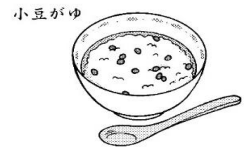
鏡開き



鏡開きとは、お供えした鏡もちを下げて食べる行事です。お供えしたもちには、神様が宿っていると考えられているので刃物で切らずに木づちや手などで小さく割ります。割ったもちはお汁粉やぜんざいなどにして食べます。

小正月

1月15日は小正月です。小正月には、もちを小さく丸めて柳の枝などに刺した「もち花」や「まゆ玉」を飾ります。また、門松やしめ縄などを集めて積み上げて燃やすどんど焼きや左義長を行います。この火でもちを焼いたり、小豆がゆを食べたりします。



給食室から新年のあいさつ



給食室では、皆さんの健康と安全を祈って、おいしい給食を作っていきます。病気知らずの丈夫な体をつくれるように好き嫌いせず、しっかり食べましょう。今年もよろしくお祈りします。



* 毎日の食材の産地は、給食黒板横に掲示しています。
* 果物以外は、全て加熱しています。
* 行事・その他により、献立を変更する場合があります。

