令和7年1月8日
西東京市立柳沢中学校

給食だより

新年を迎え、気持ちも新たに３学期が始まりました。お正月はどのように過ごしましたか？おせち料理は食べましたか？正月三が日が明けてからも、７日の「人日（じんじつ）の節句」、１１日の「鏡開き」、１５日の「小正月」と正月行事が続きます。新年の無病息災を願う正月行事です。

おせち料理のいわれ

正月に食べるおせち料理には、健康や長寿などの祈りが込められています。

数の子

数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。

田づくり

田んぼに、こいわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。

黒豆

まめは、まめに働き（勤勉）、まめに生きる（健康）の願いがあります。

たたきごぼう

ごぼうは、根が地中深くに入ることや、豊年や息災の願いが込められています。

こぶ巻き

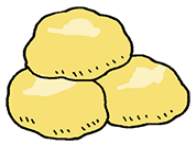
昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。

えび

えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。

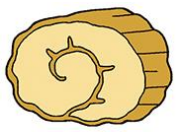
きんとん

きんとん（金団）には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



伊達巻き

巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。



全国のいろいろなお雑煮

お雑煮に入れるお餅は地域によって形が異なり、岐阜県の関ケ原辺りを境に西の府県は丸餅、東の都道県は角餅が多いようです。
丸餅は「円満」を意味し、縁起物として関西では丸餅を白みそ仕立てで煮込むものが多く、一方関東では「敵をのす」という縁起を担ぎ、のし餅を四角く切った角餅を焼いて醤油仕立てで煮込んだものが主流となっています。

人日（じんじつ）の節句
（1月7日）

１月７日の早朝（または全日夜）に、まな板の上に七草を並べて包丁で叩きながら、「七草みずな、唐土の鳥が　日本の国に　渡らぬ先に・・・」などと七草ばやしを唱える風習があります。
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払い、無病息災を願います。

鏡開き（かがみびらき）
（1月11日）

鏡開きでは、年神様にお供えしていた鏡もちを下げて、お汁粉などにして食べ、家族の健康や幸福を願います。

小正月（こしょうがつ）
（1月15日）

無病息災を願い、小正月の朝に、邪気をはらう小豆を入れた「小豆がゆ」を家族全員でいただきます。
小正月には、やぐらを組んで正月飾りや書き初めなどを燃やす「どんど焼き」や「左義長（さぎちょう）などと呼ばれる伝統行事もあります。

食器の気持ち

下膳時、ときどきクラスで「ガシャーン」と返す人を見かけます。食器も大切にしてあげてください。