

給食だより



冬休み号
流山市立
江戸川台小学校

年末から正月にかけて、昔から伝わる伝統行事やその行事にまつわる食文化を味わう良い機会です。新たな1年の始まりを祝い、その年のしあわせを願うという意味があります。

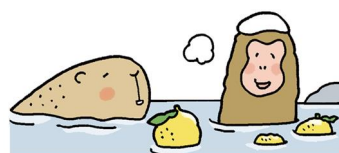


大切にしたい伝統的な行事食



【冬至のゆず湯とかぼちゃ】

今年は、12月21日が冬至でした。冬至は、1年の中で昼が1番短く、夜の時間が長い日です。冬至を境に少しずつ昼が長くなります。昔の人は「太陽がよみがえる日」と考え、運気が上がる節目の日としていました。



◎柚子を浮かべて、ゆず湯に入る・・・江戸時代に、お風呂屋さんが始めたそうです。「冬至＝湯治」「柚子＝融通が利く(体が丈夫)」にかけて、洒落たイベントです。昔の人も、柚子の効果で体を温め、香りで癒されていたのかもしれないね。

◎冬至のかぼちゃ・・・かぼちゃを食べるとかぜをひかない。また、「中風(脳卒中による麻痺)にならない」と言い伝えがあります。かぼちゃは、ビタミンAが豊富なので、かぜ予防や血管を丈夫にする効果があります。



【年越しそば】大晦日の夜に食べる「年越しそば」は、そばのように細く長く



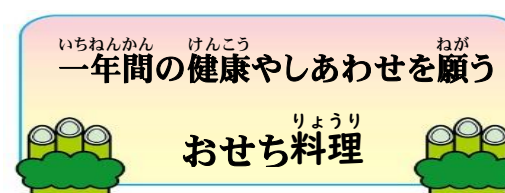
長生きできるようにと、願いをこめて食べます。

江戸時代の金や銀の細工師たちの知恵で、かんざしや櫛の細工の仕事が終わると、そば団子を作り、床に散らばった金粉、銀粉を団子

でたいて集め、団子を焼いて灰にして、金銀を集めていたそうです。「金を集める」といわれ、縁起の良い食べ物として、大晦日にそばを食べるようになりました。

【新しい年を迎える準備と年越し】

正月は、日本人にとって昔からとても大切な行事です。正月は「年神様」が、家に来るといわれています。年神様とは、稲の豊作をもたらす「穀物の神様」や稲作を守る「ご先祖様」などとされています。年神様をお迎えするために、大そうじをして玄関先に門松やしめ飾りを飾り、準備をします。そして、餅つきをして鏡餅を供え、雑煮やおせち料理でおもてなしをします。このように年神様に捧げた供物と同じものを食べることで、1年の健康としあわせを願います。



<p>【かずのこ】</p> <p>たまごの数が多いことから子宝に恵まれるように。</p> 	<p>【里いも・八つ頭】</p> <p>親いもから子いも、孫いもと増えるので、子孫繁栄を願う。</p> 	<p>【黒豆】</p> <p>健康で一年をまめに働けるように。</p> 
<p>【田づくり】</p> <p>昔は、鰯を田んぼの肥料にしていたところから、豊作を願う。</p> 	<p>【栗きんとん】</p> <p>黄金色の栗きんとんは、1年を裕福に暮らせるように。</p> 	<p>【海老】</p> <p>背中が曲がった海老は、腰が曲がるまで長生きができるように。</p> 

新年の給食は、9日から始めます。七草粥、雑煮、お汁粉などお正月料理を出します。良い年をお迎えください。

