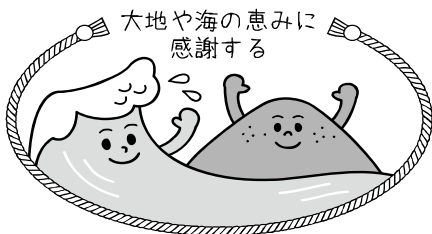
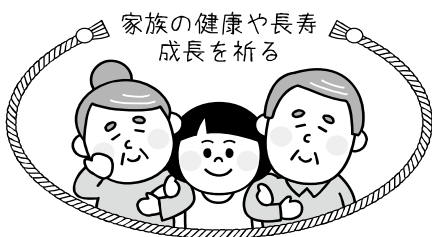


# わんぱくだより 1月号

## 日本の行事・お正月とおせち料理

新しい年を迎えるお正月にいただく「おせち料理」は、昔から伝承されてきた年中行事の行事食です。日本にはさまざまな行事がありますが、どのような意味があるのでしょうか。

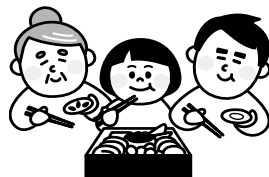
### 行事に込められた想い



年中行事は食と関連するものが多く、各行事に決められた特別な食べ物(行事食)が作られます。

### お正月

お正月は、1年間の幸せをもたらしてくれる「歳神さま」を家庭で迎える大切な日です。1年の幸せを願い、家族が集まって食事を共にします。そのときに食べるのがおせち料理で、神と食事を共にして福を招き、災いを打ちはらうという願いがこめられています。












行事食を家族や親戚、地域の人など幅広い年代の人といっしょに食べることで、結びつきが強まるとともに、地域や家族に伝わる食の伝統や味を次の世代に受け継いでいくという大切な時間でもあるのです。

参照 農林水産省「和食 WASHOKU」他

## ●おせち料理●

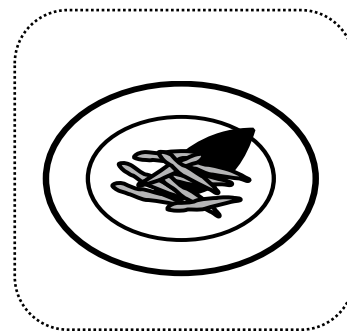
おせち料理に入っている食べものは縁起物の料理で、それぞれ願いがこもっています。

-  **かずのこ** にしんという魚の卵なので、子孫繁栄の願い。
-  **黒豆** まめに働き、まめに暮らせませすように。
-  **田作り** 田を作るということから、農作物の豊年や、家内安全などの願い。
-  **伊達巻** だてとは粋とされ、勤勉などを意味しています。
-  **栗きんとん** きれいな黄色はお金を表し、お金がたまりますようにという願い。
-  **昆布巻き** よろこぶのこぶとなり、お祝いの縁起物です。
-  **えび** えびは茹でると曲がります。腰が曲がるほど元気で長生きに。
-  **れんこん** 穴があって向こうが見えます。先を見とおせる年でありますように。
-  **紅白かまぼこ** 形が日の出に似ているので、初日の出を意味します。

作ってみよう！おせち料理

### ★カリッポリッ田作り★

小さい魚でありながら、頭から尾までをいただく縁起のよい料理です。カルシウムもしっかりと摂取できるおせち料理のひとつです。

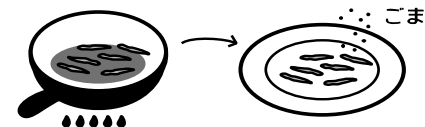


#### <作り方>

① フライパンで田作りを焦がさないように弱火で炒る。途中で一つ取り出し、ぼきっと折れるくらいで取り出す。



② ①のフライパンをきれいに拭き、調味料を煮立たせ、田作りを戻して絡める。温かいうちにお皿などに広げて冷まし、ごまをふりかける。



#### <材料 4~5人分>

- 田作り…30g
- 砂糖…大さじ1
- しょうゆ…大さじ1弱
- みりん…小さじ2
- 白ごま…少々