令和6年1月1日発行

松翠保育園
1月　給食だより

　あけましておめでとうございます。新しい年のはじまりですね。本年も給食室一同、子ども達の健康を食事の面からしっかりとサポートしていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします！

正月にまつわる行事

七日正月

1月7日は七草がゆを食べ、一年の健康を願います。

お正月のごちそう続きで疲れた胃腸にも優しい食事です。

覚えてみよう！
せり・なずな
ごぎょう・はこべら・ほとけのざ
すずな・すずしろ

鏡開き

1月11日は鏡開きの日です。正月のあいだ年神様にお供えしていた鏡餅をおろし、おしるこなどにして食べます。年神様の力をおすそ分けしてもらい、一年しあわせに過ごすことを願います。

行事食に込められた願いを知ろう！

一年の始まりであるお正月は、昔から特に大事にされてきました。歳神様をお迎えして、一年の健康を願います。

正月の行事食、おせち料理にこめられた願いにはどんなものがあるでしょうか。

黒豆
元気に働けますように！
「まめ」は丈夫、健康を意味する言葉です。「まめに働く」のごろ合わせも

紅白かまぼこ
お祝いの色「紅白」
紅はめでたさと慶びを、白は神聖を表します。

かずのこ
子宝と子孫繁栄を願って
数の子はニシンの卵。二親（にしん）から多くの子がでることから

伊達巻き
勉学にはげめますように
昔は文書などは巻物の形をしていました。

れんこん
先まで見通せる
穴のあいた蓮根は、「将来の見通しが良い」と縁起を担いでいます。

えび
長生きできますように
腰の曲がった姿と長いひげを持つエビを長寿の象徴としていただきます。

ごぼう
細く長く幸せに
地中にしっかり根を張るごぼうは縁起のよい食材です。

お雑煮
地域や家庭で様々
日本全国、いろいろなお雑煮があります。
みなさんのおうちは、どんなお雑煮ですか？

祝い箸
神様と共に食する
両端が細くなっている両口箸は、片方で人が口をつけ、もう片方では歳神様が口をつけます。

どんな願いが込められているか、考えながら食べるのも楽しいですね！