



# みつめよう!! 子どもと食事



2024年1月号

あけましておめでとうございます。新しい一年がスタートしました。まだまだ寒さが厳しい時期ですので、体調管理により一層気をつけましょう。

新年を迎えて食べる正月料理と言えば「**おせち**」。最近では洋風や中華風などさまざまなバリエーションのおせちも登場していますが、いずれも手の込んだ料理が何品も詰められた豪華なものです。ではその由来や食材の意味はどんなもののでしょうか？



**海老**  
「海老」の漢字は、長いヒゲを老人に例えたことに由来します。加熱した海老は腰が曲がった形になるため、長寿の象徴とされています。

**伊達巻**  
巻いた形状が書物や掛け軸を連想させるため、知性や文化の発展、学業成就の願いが込められています。

**数の子・いくら**  
ニシンの卵の数の子と鮭の卵のいくら、卵の数が多いことから子孫繁栄を意味します。

**かまぼこ**  
かまぼこの形状が日の出に見えるため、古くからおせちにふさわしい食材とされています。

**黒豆**  
豆は「マメに働いて暮らす」という意味があり、勤勉と健康を願っていただきます。

**栗きんとん**  
鮮やかな色が小判や金塊に似ているため、金運の上昇を願っていただきます。

**昆布巻**  
「喜ぶ」と関連づける昆布は「広布(ひろめ)」とも呼ばれ、「広める」につながる縁起物として使用されます。

新しい年に、幸せが多く訪れるようにと願いをこめて作られるおせち料理。黒豆は給食にも登場するのでお楽しみに！

