



みつめよう!! 子どもと食事



2026年 1月号

❀ あけましておめでとうございます ❀

新しい1年がスタートしました。寒さも厳しくなってきたので風邪には十分お気をつけください。

たくさんの願いを込めたおせち料理

おせち料理は地域や家庭によって異なりますが、お料理や食材1つ1つにしっかりと意味が込められています。年の初め、「これはこんな意味があって…」とお話しながらいただくのもいいですね。

なます

大地に根を張る大根のように家の土台がしっかりして栄えるようにと願いを込めた

数の子

数の子のたくさんの卵に、子孫繁栄の願いを込めた

えび

えびの背のように、腰が曲がるまで長生きできるようにという願いを込めた

田作り

昔、田んぼの肥料にしたコイワシを干したものの。稲の豊作を願って「田作り」となった



昆布巻き

「こぶ」を「よろこぶ」とかけ、おめでたいものとされた

伊達巻き

昔の巻物にかけ、文化の発展を願う

きんとん

金団と書き、財宝という意味。豊かな生活が送れますようにという願いを込めた

黒豆

家族みんながまめまめしく働き、元気に過ごせるようにという願いを込めた