



食育だより 12月号

令和2年 12月 25日
函館市立戸倉中学校

いよいよ冬休みです。冬休みは大みそかやお正月などの行事があり、家族や親せきと過ごす時間が増えます。この機会に日本古来から伝わる食文化について家族で語り合ってみてはいかがでしょうか。

また今年は何年と違う会食の仕方を考えなくてはなりません。ウイルスの感染リスクを考慮しながら楽しく食事し、良い一年を迎えましょう。

3学期の給食の開始は、18日からです。よろしくお願いいたします。

伝えたい食文化

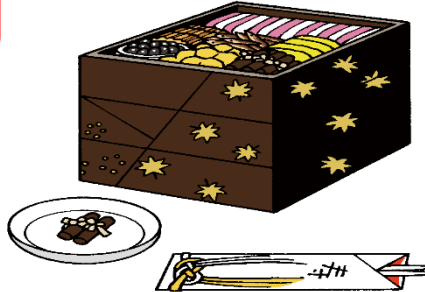
おせち料理とは、五節句などの節目に神様にお供えした料理のことで、一品ごとに願いが込められています。

材料の「いわし」は昔、田植えの時に畑に蒔いていたことから、五穀豊穣を願う意味があります。給食ではカタクチイワシを使って、から煎りを提供します。

うま煮
紅白なますは、お祝いの水引を表していて、おめでたいとされています。

紅白なます
いろいろな野菜と一緒に煮ることから、家族が仲良くいられるようにとの願いが込められています。

昆布巻き
昆布（こぶ）を喜ぶという言葉にかけて、おめでたい品としておせち料理に使われます。



きんとん
「金団」と書き、黄金色の財宝にたとえられます。今年も豊かな生活が送れますようにとの願いが込められています。

数の子
数の子は、ひと腹の卵の数が多いことから、子孫繁栄を願っています。

伊達巻き
昔の本は巻物だったことから、教養や文化の発展を願う気持ちが込められています。

黒豆七草
まめ（まめ）に働き、まめ（健康）に暮らせるようにとの願いが込められています。



鏡もちとは、古代の鏡に似せて丸く平らに作られています。上にのせるだいたいは、家が代々続くようにとの願いが込められています。

雑煮

地域や家庭でさまざま

雑煮とは、年神様にお供えしたその土地の産物ともちを鍋で煮たものです。



1月7日は春の七草を入れたおかゆを食べ、1年の健康を祈ります。