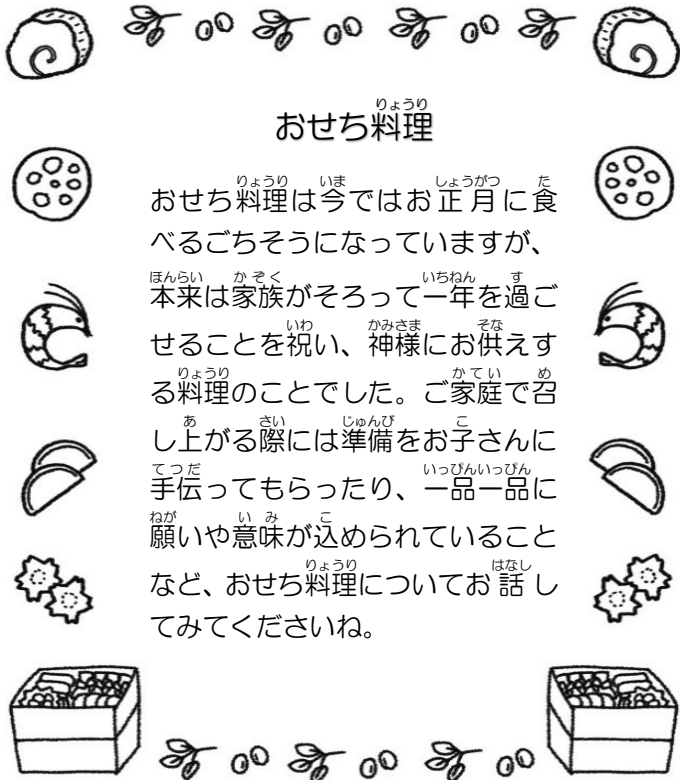




2024年1月号

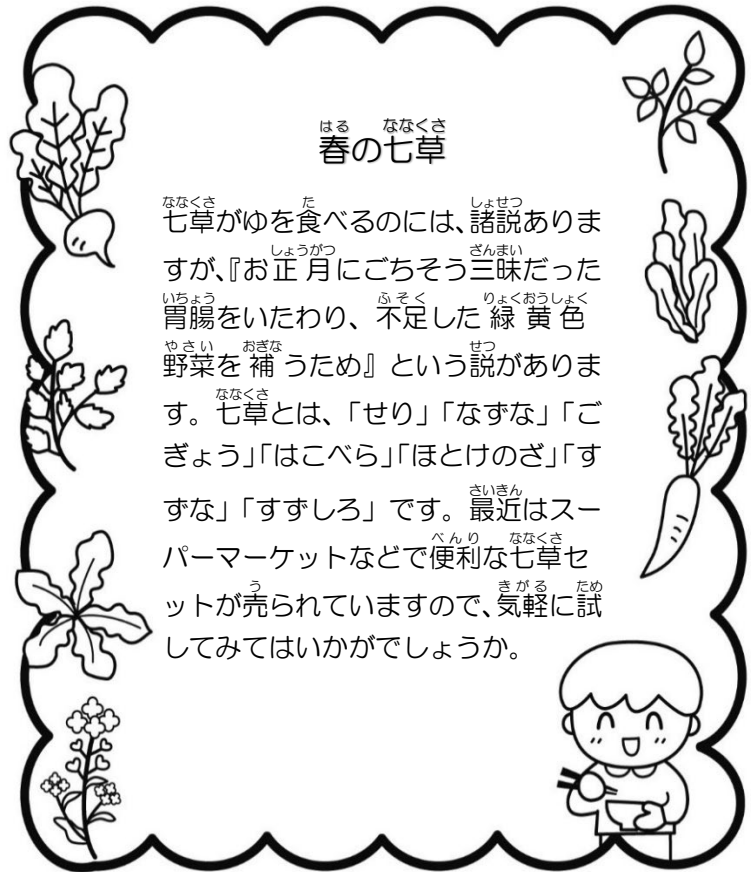
しんねん
新年 あけましておめでとうございます！

あたら とし
新しい年 がスタートしました。てあら はん た
手洗 いやうがいをきちんとし、しっかりとご飯 を食べて
げん き からだ つく
元気な体 を作っていきましょう。こんかい しんねん
今回は 新年 ならではの 食 文化 について 由来 などをご
しょうかい
紹介 します。



おせち料理

りょうり いま しょうがつ た
おせち料理は今ではお正月に食
べるごちそうになっていますが、
ほんらい かぞく
本来は家族がそろって一年を過ご
せることを祝い、かみさま そな
神様にお供えす
る料理のことでした。ご家庭で召
あがるさいに じゅんび こ
し上がる際には準備をお子さんに
てつた
手伝ってもらったり、いっぴんいっぴん
ねが いみ こ
願いや意味が込められていること
など、おせち料理についてお話し
はなし
してみてくださいね。



春の七草

ななくさ た
七草がゆを食べるのには、しよせつ
諸説ありま
すが、『お正月にごちそう三昧だっ
いちょう
た胃腸をいたわり、ふそく りよくおうしょく
不足した 緑黄色
やさい おぎな
野菜を補うため』という説がありま
す。ななくさ
七草とは、「せり」「なすな」「ご
ぎょう」「はこべら」「ほとけのざ」「す
ずな」「すずしろ」です。さいきん
最近ではスー
パーマーケットなどで便利なななくさ
べんり ななくさ
セットが売られていますので、きがる ため
気軽に試
してみたいかがでしようか。



かがみびら けんこう いの 【鏡開きで健康を祈る】

かがみびら しょうがつ そな かがみもち た けんこう いの
鏡開きとは、お正月にお供えした鏡餅をみんなで食べて健康をお祈
りする行事です。ちようじ ちいき おこな ひ こと
地域によって行う日は異なります。ちなみに「開
く」というのは「きる・割る」といういみ もち き
意味です。餅を切ることはせつぷく
えんぎ よ すえひろ いみ ひら
のイメージがあることから縁起の良い末広がりを意味する「開く」
の文字が使われるようになったという説があります。

ノートルダム学院小学校

