



かんざき給食だより

神崎市学校給食共同調理場

2025. 12 . 17

冬休み号 (No. 10)

あと1週間程度でみなさんが楽しみにしている冬休みになりますね。今年もあと10日ほどで終わり、新しい年を迎えます。新しい年の始まりに向けてもちをついたり、年越しそばを食べたりします。また、お正月にはいつも食べるものとは違う、おせち料理や雑煮など特別な料理を食べます。

今回は年末年始の食べ物ついてふれたいと思います。

年越しそば

そばは、他のめんと比べると切れやすいことから、「今年一年のよくないことを断ち切る」という意味でおおみそかの夜に食べられています。江戸時代にその風習が生まれたと言われてしています。

また、昔からそばは体によいものとされていて、そばを食べると体にたまった毒をとってくれると思われてきました。そのために、新しい年を健康に迎えらるようにおおみそかの夜にそばを食べるようになったとも言われています。

その他に細く長い見た目から
長寿への願いなどもこめられて
いるようです。



おせち料理

おせち料理は「おせち」とも言います。漢字では「御節」と書きます。1つ1つの料理に健康や長寿を願った意味があります。また、おせち料理は高価に見えますが、切り方や料理の仕方の工夫でいつも使う食べ物を華やかにしています。

おせち料理の栄養をみると、海藻・いも・きのこや野菜などバランスのよい食べ物が使われています。油を使っている料理が少なく、かみごたえのある食べ物がたくさん使われています。

よいところがたくさんあるおせち料理を見直してみませんか？

料理の意味

だて巻き

巻き物は、文章を連想させ、学問が発展するようという意味があります。

きんとん

きんとんの黄色は黄金に通じると言われ、富を呼ぶ縁起の良い色とされています。

黒豆

豆はまめ（健康）に暮らせるようにという意味や苦労だと思わずにまめに働くと幸せになれるといった意味があります。年の数だけ食べる習慣があります。

数の子

卵の数が多いことから子孫繁栄を願う縁起物とされています。

かまぼこ

日の出をイメージした形から門出を祝う意味があります。

昆布巻き

よるこんぶに通じる昆布は別名ひろめと呼ばれ、おひろめなどのめでたい席には欠かせないものです。

れんこん

穴が開いているため、先の見通しがきくという縁起をかついで、おせちには欠かせません。

紅白なます

根菜は大地に根をはることから家の土台がしっかりと栄えるといわれています。人参と合わせて紅白でおめでたい色合わせになっています。

えび

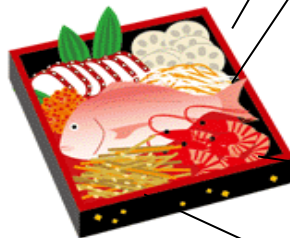
火を通すと「つ」の字のように曲がるえびの形には腰が曲がるまで長生きするという長寿の意味がこめられています。

田作り

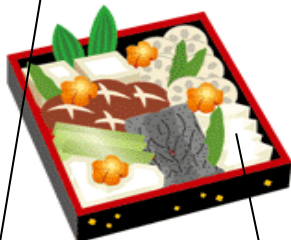
いわしを田んぼの肥料としたことから田作りと呼ばれています。いわしは別名ごまめ（五万米）ともいい、豊作になるようにという意味がこめられています。



一の重 祝い肴口取り



二の重 酢の物 焼き物



三の重 煮物

七宝煮（筑前煮）

七宝（たくさんのという意味）の煮物なので七宝煮とういいます。おせちでは奇数が縁起が良いということで材料の数が奇数になるようにします。