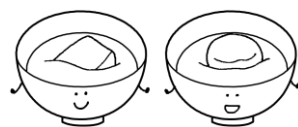




給食だより 1 月

輪島中学校調理場

年中行事には、昔から食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食といいます。行事食は、もともとは神様や仏様に供えて、その後、供え物を下げていただくもの（直会）でした。行事食を食べて1年を健康にすごしましょう。



受け継ごう 日本の食文化



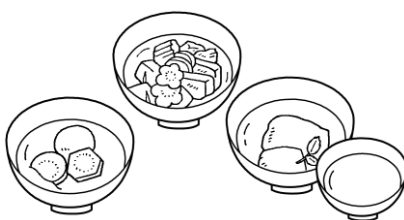
地域や家庭に伝わる行事食を知ってついたり、食べたりしましょう

おせち料理



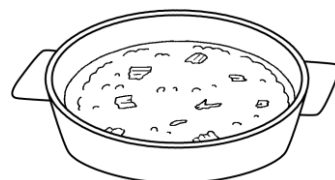
お節料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。お節料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物とモチを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ

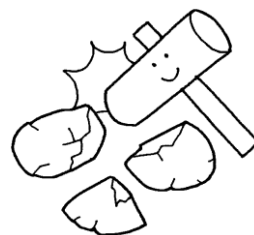


七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）のことです。

鏡開きは1月11日



1月11日は鏡開きの日です。お供えた鏡もちを下げて食べます。鏡もちは、年神さまへお供えた神聖なものなので、刃物で切るのではなく、木づちや手などで小さく割ります。



和食の

食器の並べ方



日本の食文化である和食の場合、ごはんは左側、汁物は右側、おかずはその奥に置きます。はしは手前に、はし先を左に向けて置きます。

