

# 給食だより

## 1月

令和7年(2025年)12月23日

札幌市立月寒中学校

早いもので金曜日から冬休みです。冬休み中には大晦日やお正月などがあり、それに伴う料理があります。古くから受け継がれてきた日本の食文化に目を向けてみましょう。

### 年越しそば

大晦日の夜には、そばを食べる習慣があります。長寿を願う意味もありますが、金銀細工師が、年末の大掃除にそば団子を使って散った金銀を集めたことから、「そばは金を集めると縁起を担いだことが始まりともいわれています。



### おせち料理

おせち料理とは、節日(節句)に作られる料理のことです。節日のうち最も重要なのが正月であることから、正月料理を指すようになりました。神様を迎えるときは煮炊きなどを慎むとともに、料理を作る人が骨休めできるようにという意味もあり、冷めてもおいしくいただける工夫がなされています。おせち料理には、それぞれに願いが込められています。

きんとん: 黄金色=金運

黒豆: まめ(まじめ・健康)に暮らせるように

田作り: 五穀豊穣

数の子: 子宝・子孫繁栄

えび: 長寿

紅白なます: 祝い事の水引を表す、平安と平和

れんこん: 将来の見通しがきく

昆布巻き: 養老昆布=よろこぶ



### お雑煮

お雑煮は、年越しに神様に供えたいいろいろなものを煮て食べたことが始まりといわれています。

北海道には明治時代に開拓使が置かれ、全国から人々が集まった影響で多種多様なお雑煮が食べられています。

もちの種類…角もち、丸もち、あんこもちなど 味付け…醤油、みそなど

もちの調理方法…焼く、ゆでるなど だし…昆布、かつお節、煮干し、鶏がらなど



### 七草粥

1月7日(人日の節句)に、春の七草を入れたお粥を食べて、一年の健康を願います。春の七草は、せり・なづな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろです。



### 鏡開き

鏡もちは新年の神様である「年神様」をお迎えしたときのお供え物です。鏡開きは、お供えしていた鏡もちを下して、無病息災を願って食べる行事です。鏡もちは、お供え物に刃物を向けるのは縁起が悪いとして、包丁は使わず、木槌で叩いて割りますが、「割る」という言葉も縁起が悪いので「開く」という言葉が使われます。鏡開きは、一般的には1月11日ですが、地域によって日付は異なります。



