

# えいようだより

2019年 摂津市教育委員会  
3月 摂津市学校給食会

## ぎょうじしょく ～ 行事食 ～

日本には一年を通じていろいろな行事があり、そのときに食べる食事のことを行事食と言います。どんな行事食があるか見てみましょう。

### じんじつ がつ ななくさ 人日（1月） 七草がゆ

七日の朝に七草が入ったかゆを食べて、1年間、病気にかからないようお願いする風習です。



はる ななくさ  
《春の七草》



### せつぶん がつ えほうまき ふくまめ 節分（2月） 恵方巻・福豆

**えほうまき** 恵方（縁起のよい方角）を向いて願い事をしながら丸かじりします。

**ふくまめ** 豆には魔除けの力があるとされます。豆をまくことで鬼が逃げていくと信じられています。また自分の年の数だけ豆を食べると一年元気に過ごせるとされています。



### たんご せつく がつ 端午の節句（5月） かしわもち

かしわの葉は、秋にかけても春までなかなか木から落ちないことから「家族がずっと続いていきますように」という願いがこめられています。



### じゅうごや がつ 十五夜（9月） おつきみだんご

十五夜にお月見だんごの他に、ススキやその時期に収穫した農産物を供え豊作を願いました。お月見団子の数は、12個か15個がいいと言われています。



### とうじ がつ 冬至（12月） かぼちゃ

冬至は、一年で一番昼の時間が短い日でその日に栄養のあるかぼちゃを食べると風邪をひかないと言われ、昔から受け継いだ風習です。

