

# 年末年始は、行事食に触れる機会に！

がいこく ぎょうじ たの ていちやく なか にほん ふる う つ でんとう  
外国の行事が楽しいイベントとして定着する中、日本で古くから受け継がれてきた伝統  
ぎょうじ ぎょうじ しそく ふ きかい すく がっこう きゅうしょく とお でんとうしき  
行事や行事食に触れる機会が少なくなっています。学校では、給食を通して伝統的な  
しょくぶん かな まな ねんまつねん し きゅうしょく かてい ぎょうじ  
食文化を学べるようにしていますが、年末年始は給食がありませんので、ご家庭で行事  
しょく きょうどりょうり あじ あじ や あじ つた きかい  
食や郷土料理を味わい、“ふるさとの味”や“わが家の味”を伝える機会にしてみてはい  
かがでしょうか。



# 年末年始の行事と行事食

とう じ がつ にち  
冬 至 12月 21日 ごろ

ねん もっと ひる みじか よる なが  
1年で最も昼が短く、夜が長く  
なる日。ゆず湯に入って身を清  
め、かぼちゃや小豆を食べて邪氣  
をはらい、無病息災を祈る風習  
があります。

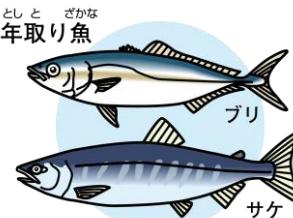


しょう がつ  
**正月** (1月1日~)  
がつついたち

1年の始まりとなる日。「歳歳様」をお迎えするため、門松、しめ飾り、鏡もちなどを飾り、おせち料理やお雑煮を食べて、新年のお祝いをします。

# 大晦日 (12月31日) ● ● ●

ねん し ひ ことし くろう た き  
1年の締めくくりとなる日。今年の苦労を断ち切り、  
しんねん ねが こ としこ としと さかな  
新年への願いを込めて、年越しそばや「年取り魚」  
た ふうしゅう としと さかな ち いき  
を食べる風習があります。年取り魚は地域によって  
こと もち 異なりますが、ブリやサケが用いられます。



# おせち料理



# 人日の節句(1月7日)

こせっく ひと はる ななくさ い なな  
五節句の一つで、春の七草を入れた七  
くさ た じゃき むひょう  
草がゆを食べて邪気をはらい、無病  
ぞくさい ねが  
息災を願います。



## お雑煮

地域の食材を使った、  
もち入りの汁物。主に西  
にほんまるひがしにほん  
日本では丸もち、東日本  
本では角もちが用いられ  
ます。あん入りのもちを  
入れる所、もちを入れ  
ない所もあります。



# 小正月 (1月15日)

邪氣をはらう小豆を入れた「小豆がゆ」  
を食べる風習があります。また、「左義長」「どんど焼き」などと呼ばれる火祭りが各地で行われます。

