



# こんだてメモ

へいせい ねん がつ  
平成30年1月

ふっさしがっこうきゅうしょく  
福生市学校給食センター



## あけましておめでとございます 本年もよろしくお願ひ致します



いよいよ今年度も残すところ3か月を切りました。引き続き、おいしく安心・安全な給食作りに努めていきたいと思っておりますので、ご協力のほどよろしくお願ひ致します。さて、1年間の総まとめとなる3学期は、インフルエンザやノロウイルスが流行する季節のため、健康管理にはより一層の注意が必要です。寝不足が続いたり食事を抜いたりすると、体調を崩しやすくなりますので、早寝・早起き・朝ごはんをしっかり食べて登校するようにしましょう。手洗い・うがいも忘れずに！



荷かと忙しい朝ですが、家族そろってゆったりとした気持ちで朝ごはんを食べることで、健全な心と体を育むことができます。

## 日本の 行事と「もち」

正月の鏡もち、ひな祭りのひしもち、端午の節句の柏もちやちまきなど、日本の行事食に「もち」や「もち菓子」は欠かせません。家庭で行事食を作って食べる機会は減っていますが、「もち」や「もち菓子」は手軽に買って食べることもできます。行事にちなんだ食文化を大切に受け継いでいきたいですね。

<p><b>お雑煮</b> (正月)</p>	<p><b>はなびらもち</b> (正月)</p>	<p><b>鏡もち</b> (正月・鏡開き)</p>	<p><b>ひしもち</b> (ひな祭り)</p>	<p><b>ほたもち・おはき</b> (春と秋の彼岸)</p>
<p>主に、東日本では角もち、西日本では丸もち、香川県ではあん入りの丸もちが使われます。</p>	<p><b>桜もち、花見だんご</b> (桜開花のころ)</p>	<p><b>柏もち、ちまき</b> (端午の節句)</p>	<p><b>月見だんご</b> (十五夜・十三夜)</p>	<p><b>亥の子もち</b> (旧暦10月の初めの亥の白)</p>

お年玉は、もともと「お金」ではなく「もち」でした。「歳神様」という新年の神様からの贈り物として、お供えのもちを子どもに分け与えたことから始まった習慣です。

# どんなお雑煮があるか調べよう！

## ◎お雑煮とは

お雑煮とは、お正月に食べられる、おもちを入れた汁物です。大みそかの夜に歳神様(新年の神様)にお供えしたおもちや農水産物を元日の朝に下げ、煮て作ります。神様と人が一緒に食べるもので、その年の幸せや豊作を願って食べられてきました。

## ◎お雑煮の種類

お雑煮の作り方は、地域や家庭によって違い、たくさんの種類があります。ただし、もともと北海道と沖縄県にはお雑煮の文化はなく、結婚などによって他県から伝えられたお雑煮が、現在作られています。どんなところに違いがあるのか、見てみましょう。



### おもちの違い

東日本では平らで四角い「角もち」(切りもち)、西日本では丸めた「丸もち」が多く使われています。また、おもちを煮る前に焼くか、焼かないかの違い、小豆のあんの入ったおもちを入れる地域(香川県や九州北部)もあります。

### だしの違い

だしには、カツオ節、昆布、煮干し、あご(トビウオ)、するめ、鶏肉などが使われます。鶏肉とカツオ節などが使われただしを使う場合もあります。

### 味つけの違い

塩、しょうゆ、みそなどの調味料が使われますが、味つけもさまざまです。みそも、赤みそ、白みそなど違いがあり、元旦は白みそ、2日目はすまし汁と、味つけを変える地域もあります。

### 具の違い

野菜類や魚介類、鶏肉など、主にその地域でとれる食材が使われます。日本で古くから栽培されている里いもを使うのも特徴的です。縁起の良い魚、ブリを入れたり、円満になるようにと食材を丸く切るなど、切り方の違いもあります。

※参考文献『年中行事とときたり』思文閣出版



# こんだてメモ

平成30年1月

福生市学校給食センター



あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお祈り致します



いよいよ今年度も残すところ3か月を切りました。引き続き、おいしく安心・安全な給食作りに努めていきたいと思っておりますので、ご協力のほどよろしくお願い致します。さて、1年間の総まとめとなる3学期は、インフルエンザやノロウイルスが流行する季節のため、健康管理にはより一層の注意が必要です。寝不足が続いたり食事を抜いたりすると、体調を崩しやすくなりますので、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べて登校するようにしましょう。手洗い・うがいも忘れずに！



何かと忙しい朝ですが、家族そろってゆったりとした気持ちで朝ごはんを食べることで、健全な心と体を育むことができます。

## 日本の

## 行事と「もち」

正月の鏡もち、ひな祭りのひしもち、端午の節句の柏もちやちまきなど、日本の行事食に「もち」や「もち菓子」は欠かせません。家庭で行事食を作って食べる機会は減っていますが、「もち」や「もち菓子」は手軽に買って食べることもできます。行事にちなんだ食文化を大切に受け継いでいきたいですね。

お雑煮  
(正月)



主に、東日本では角もち、西日本では丸もち、香川県ではあん入りの丸もちが使われます。

はなびらもち  
(正月)



桜もち、花見だんご  
(桜開花のころ)



鏡もち  
(正月・鏡開き)



柏もち、ちまき  
(端午の節句)



ひしもち  
(ひな祭り)



月見だんご  
(十五夜・十三夜)



ぼたもち・おはぎ  
(春と秋の彼岸)



亥の子もち  
(旧暦10月の初めの亥の日)



お年玉は、もともと“お金”ではなく“もち”でした。「歳神様」という新年の神様からの贈り物として、お供えのもちを子どもに分け与えたことから始まった習慣です。

# どんなお雑煮があるか調べよう！

## ◎お雑煮とは

お雑煮とは、お正月に食べられる、おもちを入れた汁物です。大みそかの夜に歳神様(新年の神様)にお供えしたおもちや農水産物を元日の朝に下げ、煮て作ります。神様と人が一緒に食べるもので、その年の幸せや豊作を願って食べられてきました。

## ◎お雑煮の種類

お雑煮の作り方は、地域や家庭によって違い、たくさんの種類があります。ただし、もともと北海道と沖縄県にはお雑煮の文化はなく、結婚などによって他県から伝えられたお雑煮が、現在作られています。どんなところに違いがあるのか、見てみましょう。



## おもちの違い



東日本では平らで四角い「角もち」(切りもち)、西日本では丸めた「丸もち」が多く使われています。また、おもちを煮る前に焼くか、焼かないかの違い、小豆のあんの入ったおもちを入れる地域(香川県や九州北部)もあります。

## だしの違い



だしには、カツオ節、昆布、煮干し、あご(トビウオ)、するめ、鶏肉などが使われます。鶏肉とカツオ節など合わせただしを使う場合もあります。

## 具の違い

野菜類や魚介類、鶏肉など、主にその地域でとれる食材が使われます。日本で古くから栽培されている里いもを使うのも特徴的です。縁起の良い魚、ブリを入れたり、円満になるようにと食材を丸く切るなど、切り方の違いもあります。

博多雑煮(福岡県)



※参考文献「年中行事とときたり」思文閣出版