



ひたちなか市立美乃浜学園
令和5年1月1日



あけましておめでとうございます。新しい年はどんな目標を立てましたか。また、年末やお正月でおいしい物の食べ過ぎで、体重の増加はしていないでしょうか。今年も美乃浜の子供たちには、健やかな心と体ですくすく成長して欲しいと思います。給食室でも、引き続きおいしく安全な給食を作っていきます。どうぞよろしくお願いたします。

5年生授業「お赤飯の正体をさぐる」

12月8日、5年生が家庭科の時間に食育の一環で「お赤飯の歴史や文化について」学習しました。5年生は家庭科で和食のごはんのみそ汁について、社会科では食料生産について学習していることに関連付けた学びとしました。当日は「お赤飯文化啓発協会」の方にお越しいただき、ゲストティーチャーとして子供たちにクイズを交えて楽しく分かりやすいお話をしていただきました。



季節から見たお赤飯を食べる時 人生から見た、お赤飯を食べる時

- 成人の日 (1月)
- ひな祭り (桃の節句) (3月)
- 卒業式・入学式 (3・4月)
- こどもの日 (菖蒲の節句) (5月)
- お祭り (夏祭り、秋祭り、運動会などの「ハレ」の日)
- 優勝感謝デー (秋など プロ野球・・・)
- 秋のお彼岸 敬老の日 (9月)
- 七五三 (11月) ・お赤飯の日 (11月23日 勤労感謝の日、新嘗祭 (ニイナメサイ))

昭和の時代は行事ごとに赤飯をたべていた

- お食い初め (おくいぞめ) (生まれて百日)
- 七五三
- 入学式
- 卒業式
- 成人式
- 結婚式 (けっこんしき)
- 誕生祝 (たんじょういわい)
- 還暦 (かんれき) (60さい)

古希 (70歳)	まれにみる、長生きから
喜寿 (77歳)	喜の草書体の楷書体が喜だから
傘寿 (80歳)	傘の漢字が八十だから
米寿 (88歳)	米の漢字が八十八だから
卒寿 (90歳)	卒は卒と書くから
白寿 (99歳)	白は百に一足りないから
紀寿 (100歳)	1世紀の紀から 百寿ともいう

ひと昔前は、お赤飯はおめでたい日に食べていましたが、

ライフスタイルの変化

現在では手軽にふだんから食べられるようになりました。

ふだんの食事



授業を受けた5年生で「お赤飯を家で作って食べる」と答えた児童は約20%でした。

また、子供たちについてお赤飯を食べるか聞いたところ、「お正月」「食べたいとき」「お店で買って食べる」などという答えでした。時代は変わってきているようです。

※当日の講義資料を引用掲載

～お赤飯の種類～

一般的なお赤飯は「もち米」と「小豆」が多いですが、...

- ・甘納豆や砂糖をかけて甘くして食べる地域
- ・落花生や里芋を入れる地域
- ・クチナシで米を黄色にする地域
- ・しょうゆで茶色にする地域など、...

全国各地で様々なお赤飯があることが分かりました。

～講師の先生より～

- ・昔のお赤飯は「白いもち米」ではなく「赤米」を使っていた。
- ・昔は赤いもの=邪気を払うもの、福を招き入れるものとされていた。そのため、お赤飯を災いが起きたり、病気にかからないようにしたりするために食べていた。その名残が残っている秋田県などは、お赤飯を葬式や法事に食べている地域がある。
- ・全国的にお赤飯を食べるようになったのは「明治時代」の頃である。



日本に古くから伝わる食文化

大切に受け継いでいけるといいですね

当日は「アルファー食品」様に、水やお湯を入れて混ぜるだけで食べられる「アルファー米のお赤飯」を特別にご提供いただき、本校の創立記念日は12月19日(月)であることから、お祝いを兼ねて給食で子供たちにお赤飯を味わってもらいました。

給食 MENU

お赤飯 牛乳 揚げ餃子
豚肉と野菜の炒め物 みかん



「お赤飯大好き!」とおかわりしている子もいれば、「食べ慣れない」という子もいました。



～子供たちのお赤飯の反応～

- もちもちしているのが好き
- ごま塩をかけて食べるのが好き
- △豆が苦手
- △色が付いているのが苦手
- △もちもちしている食感が苦手

1月の行事と行事食

冬休みに ぜひ
お子さんと一緒にお読みください

1月1日 (日・祝)



おせち料理

お正月を迎えるための華やかな料理です。『えび=長生き、栗きんとん=金運』など、それぞれに願いが込められています。

お雑煮



地域によって、もちの形が丸や長方形と異なります。味付けも甘いものやしょっぱいものなど様々です。

1月7日 (土)

七草がゆ

1月7日の朝に、春の七草を刻んで入れたおかゆを作って、1年を元気に過ごせるように願って食べます。また、年末年始やお正月で疲れた胃や体をいたわる意味もあります。



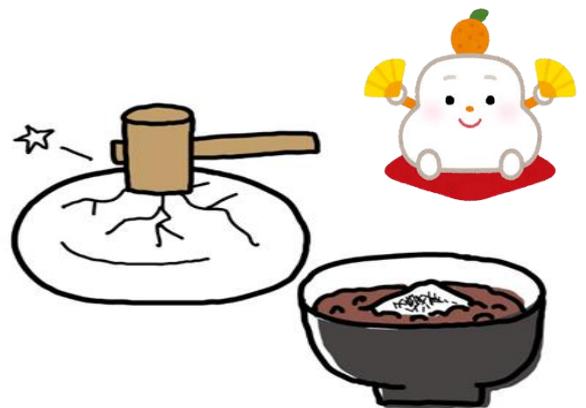
春の七草



1月11日 (水)

鏡開き

神様が宿っている「鏡もち」を下げ、お汁粉やお雑煮にして食べ、神様の力をいただきます。鏡もちを包丁で切るのは縁起が悪いので、木づちで叩いて割るのがよいとされています。現代は、パックの鏡もちを開くことを鏡開きというようになってきています。



1月15日 (日)

小正月

年末の年越しから続いたお正月を締めくくる行事で、1年の健康を願います。邪気を払うパワーがあるとされる「小豆」を煮てお粥に混ぜて食べる風習や、「どんと焼き」というお正月飾りや書き初めなどを燃やす風習など、地域によって様々です。



