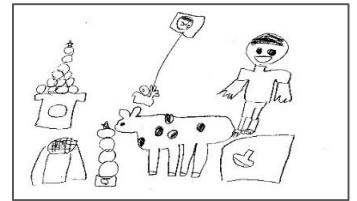




あさか食育だより



東朝霞保育園5歳児作品

令和3年1月

あけましておめでとうございます

新たな1年が始まりました。令和3年も、身近な幸せを大切に、楽しく、おいしく食べて、心豊かな1年にしたいですね。



《 鏡もちと鏡開き 》

「鏡開き」とは、お正月に家に迎える神様「年神様」にお供えしていた「鏡もち」を下げ、それをいただく行事です。1月11日に行われるところが多いですが、地域によって、異なるようです。

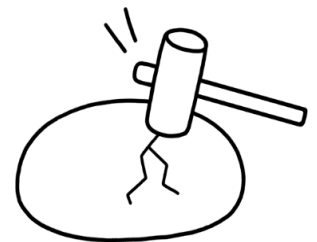
「鏡もち」を、木づちなどでこまかくして、「しるこ」や「ぜんざい」、「雑煮」などにさせていただきます。



「鏡もち」は、大小2つのもちを重ねたものに、みかんの仲間の「だいたい」や、「うらじろ」といわれるシダの葉などを飾りつけます。「だいたい」は代々家が栄えるように願うなど、これらの飾りには意味があり、それぞれ幸せへの願いが込められています。

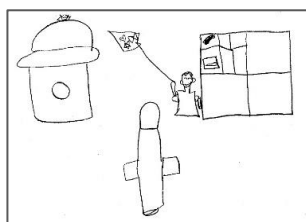
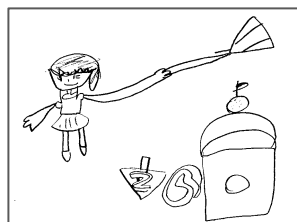
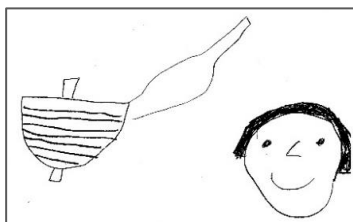
【 鏡開きの歴史 】

「鏡開き」は、武家社会から始まった行事でした。そのため、「鏡もち」を包丁などの刃物で切ることは、縁起が悪いとされていました。そこで、木づちなどで小さく割ることにしましたが、新年のおめでたいときに「割る」という表現もふさわしくないと考え、「開く」と言い換え、「鏡開き」といわれるようになりました。



鏡もちをいただき、1年間の無病息災を願います。

保育園では、1月8日に「さつま汁粉」がでます。



今年もよろしくお願ひします。

保育課 栄養士

