

おせち料理ってどんな料理？

みなさんのおうちではどのようなおせち料理が並びますか？おせち料理は住んでいるところや家庭によって、作る料理、お重へのつめ方、お重の数も違います。おせち料理の食材には、ひとつひとつおめでたい意味やいわれがあります。食品や料理に込められた願いを知って、縁起の良い食材をそろえてみましょう。

<p>すれんこん 酢蓮根</p> 	<p>小美玉市の特産である蓮根を楽しめる酢蓮根は、歯触りが良く、食べやすい料理です。蓮根は空気に触れると黒く変色してしまう性質がありますが、酢に漬けておくことで変色することなくきれいな状態で保存することができます。 食べすぎの胃をすっきりさせる作用もあるため、つい食べすぎてしまうお正月の時期に、ぴったりです。</p>
<p>たづく 田作り</p> 	<p>カタクチイワシの子どもを干したものです。 五穀豊穡を願い、イワシを田畑に肥料として撒いたことから名づけられました。 今年もいいお米がとれますように、という願いが込められています。</p>
<p>だてまき 伊達巻</p> 	<p>もともと長崎県で「カステラ蒲鉾」と言っていました。 江戸に伝わり、江戸っ子の気だてを表す伊達の意味と、巻物の巻きが合わさって伊達巻と呼ばれています。 昔は本のような読み物は巻物になっていたことから、文化の発展を表しています。</p>
<p>かず こ 数の子</p> 	<p>ニシンの卵。 数の子にはとてもたくさんの卵があるので、数多い子、つまりわが家がこれからも子どもがたくさん生まれて代々栄えますように、という願いがあります。</p>
<p>くろまめ 黒豆</p> 	<p>「まめ」は元来、丈夫・健康を意味する言葉です。 家族みんなが今年も1年まめで元気に過ごせますように、まめに働けますようにという願いがこもっています。</p>
<p>きんとん</p> 	<p>きんとんは「金団」と書き、金の集まったもの、財宝という意味です。 今年も豊かな生活が送れますようにとの願いがこもっています。</p>
<p>こぶまき 昆布巻</p> 	<p>昆布巻の「こぶ」が「よろこぶ」と同じ音の言葉なので、おめでたいとされています。 一家発展の縁起物です。</p>
<p>こうはく 紅白 かまぼこ</p> 	<p>かまぼこは「日の出」を象徴するものとして、元旦にはなくてはならない料理です。 紅はめでたさと慶びを、白は神聖を表します。</p>
<p>こうはく 紅白 なます</p> 	<p>生の魚介と大根、にんじんと酢で作ったことから、なますの名がつけられました。今は生の魚介の代わりに、干し柿や昆布、ゆずの千切りも用いられます。 色の白い大根は、清らかな生活を願って食べます。 また、大地に根をはるので、家の土台がしっかりと栄えるともいわれています。</p>
<p>かがみもち ぞうに 鏡餅と雑煮</p> 	<p>餅は、昔から神様に捧げる神聖な食べ物として考えられ、祝いごとや祭りの日に欠かせないものでした。昔は、多くの家で正月用の餅つきをしました。正月に、年神様に備える餅が鏡餅で、1月11日の鏡開きまで、床の間や各部屋に飾ります。 雑煮は、年神様にお供えした餅を、野菜や鶏肉、魚介などと一緒に煮込んで作る料理です。地方色豊かな料理で、主として白みそ仕立ての関西風と醤油仕立ての関東風と大きく分けられます。 餅の形も関西では丸餅、関東では切り餅（のし餅、角餅）が一般的です。</p>

【問い合わせ】健康増進課 健康推進係（四季健康館内）

TEL 48-0221（内線4005）