

2023年～栄養だより 1月号～



【おせちの由来を一部紹介します。】

【数の子】子孫繁栄。

【田作り】鰯が畑の肥料だったことから「田作り」と呼び、豊作祈願の料理。

【黒豆】まめに（勤勉に）働き、まめに（丈夫で元気に）暮らせるように。

【たたきごぼう】ごぼうのように根を深く張り、たたいて身を開き開運を願う。

【紅白かまぼこ】紅は魔除けの意味があり、白は清浄を表す。

【伊達巻】「伊達」は華やかという意味。巻き物に通じ、知識の発達を願う。

【昆布巻】「喜ぶ」にかけて

【栗きんとん】栗は「勝ち栗」と呼び「金団」と書き、縁起がよく蓄財につながる。

【ぶり】ぶりで立身出世を願う。

【鯛】「めでたい」にかけて。

【海老】腰が曲がるまで長生きできるように。

【れんこん】穴があいていることから、将来の見通しがきくように。

【里芋】子芋がたくさんつくことから、子孫繁栄。

【ごぼう】根を深く張り代々続く。

【紅白なます】紅白でめでたく、祝いの水引にも通じる。

