

1月17日 全校朝会（ミーティング）



## 季節の行事や行事食を楽しもう

おはようございます。

1月15日には、どんど焼きがありました。どんど焼きは、お正月に飾った松や竹、しめ縄などのお正月飾りを燃やす小正月の行事で、お正月を締めくくる行事として日本全国各地で行われています。竹には節があるので、太い竹を燃やすと節が弾けてドーンという大きな音がします。また、松は燃やすと煙がたくさん出ます。どんど焼きでは、ドーンという大きな音で邪気（悪いもの）を払い、煙をあびることで健康に過ごすことができるといわれています。桜野小のどんど焼きでは、毎年お雑煮がふるまわれますが、多くの地域では小豆粥やお汁粉がふるまわれます。小豆の赤が邪気を払うと考えられているからです。1月15日は小豆粥を食べる日でもあるのです。

行事は食べ物と結び付いていることが多いですが、どうしてそれを食べるのか調べてみると、どれも、日本の風土や季節にあったもので健康のためにも理にかなっていることがわかります。例えば、1月7日は五節句の一つで「人日（じんじつ）の節句」です。1月7日には「七草粥」を食べるので七草の節句とも呼ばれます。この日に七草粥を食べるのは、お正月の御馳走で疲れた胃を休ませるためでもあるのです。みなさんも、七草粥を食べましたか。

節句は他にもあります。3月3日は「上巳（じょうし）の節句」です。ひな祭りで女の子の健やかな成長を祈る節句ですが、桃の花の咲く頃なので、桃の節句とも呼ばれます。桃の節句には、ひなあられや菱餅、ちらし寿司や蛤のお吸い物などを食べて祝います。

5月5日は「端午（たんご）の節句」です。鯉のぼりをあげて男の子の成長を祈る節句ですが、薬草で病気を防ぐ習わしがあり、菖蒲の葉が薬草としても使われていたことから、菖蒲の節句とも呼ばれます。菖蒲の節句には、柏餅やちまきなどを食べて祝います。

7月7日は「七夕（しちせき）の節句」です。七夕は「たなばたの節句」とも呼ばれ、おり姫星に、はた織りや裁縫が上達するように祈る行事でしたが、今では自分の願い事が叶うように祈る行事になっていますね。たなばたの節句には、川に見立てたそうめんを食べます。

9月9日は「重陽（ちょうよう）の節句」です。菊の花が咲く頃なので菊の節句とも呼ばれます。菊の節句なので、食用の菊を使った料理や、秋に収穫した栗などをご飯に炊き込んで食べます。

1月、3月、5月、7月、9月それぞれの節句の行事に合わせて食べる行事食は、日本の伝統的な食事にもなっています。今日お話した、五節句をはじめとする季節の行事や行事食を大事にして、毎日の生活を豊かな心で過ごしていきたいですね。

今日は、季節の行事や行事食を楽しもうというお話でした。