

おせち料理ってどんな料理??

おせち料理は、家族のしあわせを願うお祝いの和食です。

1年の始まりであるお正月は、しあわせや豊作をもたらす「歳神様」を各家庭で迎える行事として、鏡餅やお雑煮、おせち料理を用意し、大切に祝われてきました。

おせち料理はもともと、神様にお供えたものを、後から家族でいただくものでした。神様と食事を共にすることで、福を招き災いを打ち払うと考えられていたためです。さまざまな願いや意味が込められた料理を食べながら、家族の1年のしあわせを願います。

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。みなさんのおうちではどんなお料理がなりますか？



一の重 (祝い肴・口取りなど)

【きんとん】

さつまいもを黄金に、栗を小判に見立て、「今年も豊かな一年であるように」という願いが込められています。

【田作り】

昔は乾燥させた小魚を田んぼの肥料にしていたことからこの名になりました。豊作を祈願する食べ物です。別名「ごまめ」

【黒豆】

黒は魔除けの色。丈夫で健康に、「まめまめしく」暮らせるようにという健康長寿の願いも込められています。



二の重 (酢の物・焼き物など)

【なます】

大根とにんじんで作った紅白の酢の物。紅白の色はお祝いの水引を表し、縁起が良いとされています。

【焼き魚】

出世魚のぶりや鮭、「めでたい」とかけた鯛を焼いたものなどを入れます。

【海老】

「腰が曲がるまで長生きできるように」という長寿の願いが込められています。赤い色は魔除けの意味も。



三の重 (煮物など)

【煮しめ】

大切ににした野菜などを鍋に入れて一緒に煮ていく煮しめは、「家族が仲良く一緒に結ばれる」という意味があります。

それぞれの食材にも意味があります。

○昆布巻き…「よろこぶ」に通じる縁起物。

○れんこん…たくさんあいた穴から向こうが見えることから「将来の見通しがきく」という縁起をかつくとされています。



おせち料理を含む「和食：日本人の伝統的な食文化」は、平成25年12月、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。世界から注目されている和食ですが、ライフスタイルの変化や家族のあり方などが変化し、国内では失われつつあります。お正月、家族でおせち料理を囲み、お料理の由来などをみんなで話すことは、伝統的な食文化を受け継ぐことにつながります。

日南町食育推進協議会では、郷土料理、伝統料理の伝承に取り組んでいます。協議会で作成した冊子「にちなんの邑の味」には、おせち料理を含む日南町の伝統料理の作り方や由来が掲載されています。冊子を希望される方は、福祉保健課（電話82-0374）までご連絡ください（数に限りがあります）。

※イラスト、食材の意味は農林水産省ホームページより引用

