

がつ か か ぎょう じ しょく せつ ぶん こんだて
2月3日(火)は、行事食「節分」献立です。

こんだて しょうかい
献立の紹介



せつぶんまめ



ごはんにはまぜます



あさりとツナのひじきごはん



かすじる

き せつ ぎょう じ いわ ひ た とく
季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特
べつ りょう り ぎょう じ しょく
別な料理を「行事食」といいます。

せつ ぶん りっしゅん ぜんじつ き せつ わ
節分は、立春の前日のことで「季節を分け
る」という意味があります。明治時代のはじめ
ころ つか きゅうれき ば あい りっしゅん
の頃まで使われていた旧暦の場合、立春が
いちねん はじ たいせつ ぎょう じ
一年の始まりとされ、大切な行事でした。

せつ ぶん おに み た わざわ びょう き
節分では、鬼に見立てた災いや病気を
お はら ふく よ まめ
追い払い、福を呼ぶために豆まきをします。

れい わ ねん りっしゅん がつ か せつ ぶん がつ か
令和8年は「立春」が2月4日なので、「節分」は2月3日です。

げんざい こくりつてんもんだい かんそく りっしゅん き
現在は、国立天文台の観測により「立春」が決められています。



「ひいらぎいわし」

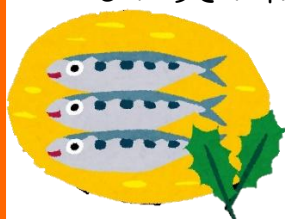


せつ ぶん ひ いえ いりぐち
節分の日には家の入口に「ひいらぎの
えだ や 焼いたいわしの あたま かぎ むかし
枝」と「焼いたいわしの頭」を飾る昔か
らの風習である「ひいらぎいわし」を知っ
ていますか？

おに びょう き わざわ
鬼は病気や災いのしるしで、ひいら
ぎの葉のトゲと、いわしのにおいで鬼を
お はら かんが
追い払うと考えられていました。

「ひいらぎいわし」には、「家族が元気

で過ごせますように」と
いう願いがこめられて
います。



まめ
「豆まき」



むかし ひと おに そと ふく うち
昔の人は「鬼は外! 福は内!」のか
け声とともに、豆まきをすると、鬼を追い
はら ふく よ こ かんが
払い、福を呼び込むと考えていました。
おに びょう き わざわ
鬼というのは、病気や災いをあらわして
います。また、豆まきの炒り大豆を「福豆」
などと呼んで食べることで、健康と無事
を願います。



せつ ぶん まめ た こと し
節分豆を食べて今年
いちねん げん き す
一年を元気に過ごしま
しょう。