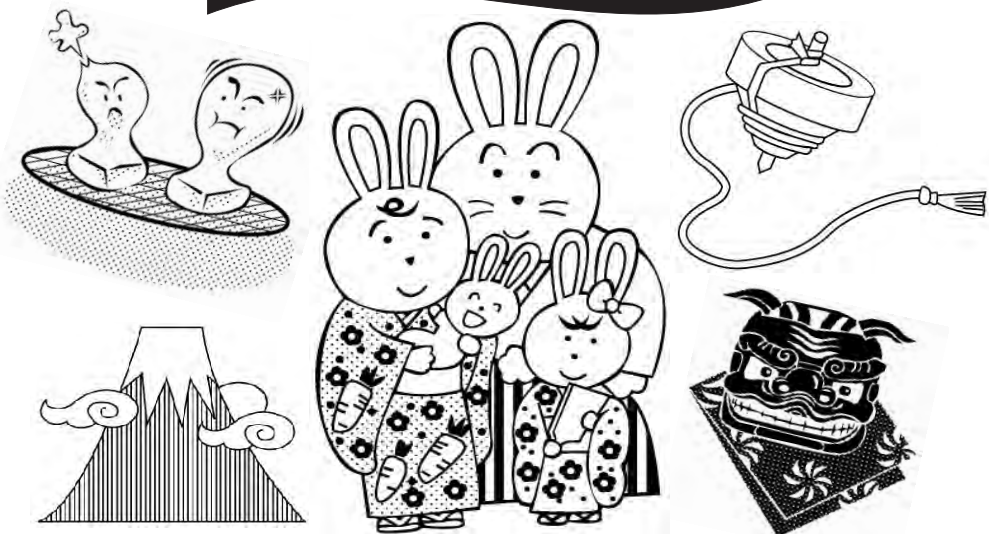


# 季節を感じる生活

～⑩大切にしたいお正月～



宣言

明るい  
笑顔

すぐ  
返事

伝える  
元気

かちどき薬品  
げんき君 ホームページ  
健康に関する情報がいっぱい  
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ

Seedling 2011 1月号

Copyright © 2010かちどき薬品株式会社 <http://kachidokikk.co.jp/>  
健康情報サイト げんき君 <http://genki1616.co.jp/>

## お正月は…我が家で

### としがみさま 年神様をおもてなし



お正月とは、家々に一年の実りと、  
幸せをもたらす為、高い山から降り  
てくると考えられている年神様を、お迎  
えする行事です。



門松・しめ飾り・鏡餅等  
のお正月飾りやおせち料理  
等は、年神様をお迎えす  
る為の準備です。

## お正月飾り

### ●門松

門松は、年神様が降りてくる時の、  
目印として飾られています。

### ●しめ飾り

しめ飾りは、年神様を  
迎える、清浄な場所  
であることを示す飾りで、周囲  
の汚れを絶つ印として用いられてきました。



## ●鏡餅

餅は昔から、神様に捧げる神聖な食べ物として考えられ、祝い事や祭りの日には欠かせないものでした。お正月に年神様にお供えする鏡餅は、1月11日の鏡



開きまで、床の間や各部屋に飾ります。



## 【いつ飾るの?】

12月13日を「正月事始め」といい、お正月飾りやおせち料理の準備等をはじめの縁起の良い日とされています。お正月飾りは、一般的には13日～28日の間か、30日に飾ります。29日は「苦」に通じる、31日は「一夜飾り」といって敬遠され、その日には飾らない風習があります。また、最近の住宅事情等から、門松を飾れない場合もあります。そんな時は、しめ飾りをリースタイプにアレンジしたものなど、玄関のドア等に飾れるものを使うのもよいでしょう。

## 【いつまで飾るの?】

一般的に、元日からお正月飾りを片付けるまでを松の内(まつのうち)といい、年神様が家々に滞在している期間とされています。7日までとするところや、10日・15日等、地方によって期間はまちまちです。また、取り外したお正月飾りは『差義長(さぎちょう)』や、『どんど焼き』と呼ばれる火祭りで、毎年燃やすのが習わしです。ただし、現代のお正月飾りは簡略化され、素材もさまざまなものがあるので、燃やす際には、各地方自治体ごとの取り決めを確認しましょう。

火祭りの火で、焼いた餅を食べると『無病息災』で過ごせるといわれ、この火煙とともに、年神様が帰ると考えられていました。





# おせち料理

もともと、季節の変わり目の節句に、神様にお供えた食べ物が「おせち料理」でした。

やがて正月が、もっとも重要な節句である事から、正月料理の事を「おせち料理」と呼ぶようになったと言われています。

## ●縁起の良いおせち料理

### 『黒豆』…元気に働けますように

「まめ」は元来、丈夫・健康を意味する言葉だとされています。「まめに働く」等の語呂合わせからもおせち料理には欠かせないものです。

### 『田作り』…小さくても尾頭付き

五穀豊穡を願い、小魚を田畑に肥料として撒いた事から、田作りと名付けられました。

### 『数の子』…子宝と子孫繁栄を祈る

二親(にしん)から、多くの子が出るのでめでたいと、古くからおせちに使われていました。



## 『紅白かまぼこ』…紅白は祝の色

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。飾り切りをする場合は、身に弾力のあるかまぼこを選びましょう。お雑煮や椀物には形や彩りの良い「切り出しかまぼこ」もおすすめです!

## 『伊達巻』…長崎から伝わった料理

江戸時代、長崎から江戸に伝わった「カステラかまぼこ」が、伊達者(シャレ者)達の着物に似ていたため、伊達巻と呼ばれるようになったと言われています。

## ●祝い箸

お正月は、年神様とともに供えた食べ物を頂く「神人共食(しんじんきょうしょく)」の日です。その象徴が、柳の白木で作られた祝い箸です。春一番に芽を出す柳の白木は、邪気を祓う神聖なものとされ、「家内喜(やなぎ)」という字もあてられるおめでたいものだそうです。片方を人、もう一方を神様が使うとされ、両端が細くなっています。



# おせち料理に使える飾り切り!

## ●かまぼこを使った…

### 干支うさぎの作り方



①かまぼこを1センチの厚さに切ります。

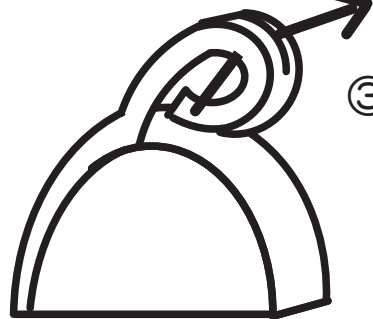
**【B】**



**【A】**

②かまぼこの山を2/3まで切り【A】、切った山の部分に切り込み【B】を入れます。

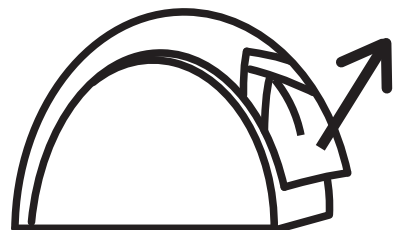
## 下から中へ通す!



③切り込み【B】に、【A】の端をくぐらせます。



## 【A】を戻す!



④くぐらせた【A】の端を、かまぼこの本体に添わせて、形を整えます。

# お正月の風物詩

## ●羽子板



お正月に羽子板を飾ったり、女の子の初正月に、羽子板を贈るのは、魔除け・厄被いの意味があるとされています。

## ●羽根つきは…『魔除け』!?

お正月に羽根をつく事は、『世諺問答(せげんもんどう)』(1554年)という書物に「その羽根の飛ぶさまが、虫を食べるトンボに似ているので、子供が蚊に刺されないおまじないとして、始められた」という意味の内容が記されているそうです。災厄を被い、幸福を祈る気持ちが入められた羽子板が、お正月の遊びや新年を迎える贈り物として、ふさわしかったのでしょ

