



あゆみ保育園

2026年

冬号

寒い季節が続く中で、子どもたちは元気いっぱいに過ごしています。冬といえば、クリスマスやお正月、節分やひなまつりなど、美味しい料理が並ぶ行事がもりだくさんの季節です。旬の食材の楽しみながら、健康にすごしましょう！

おうちのお雑煮は、どこ出身？

お雑煮は一年の無事を祈り、お正月に食べる伝統的な郷土料理です。沖縄を除く日本各地でお雑煮を食べる習慣があります。実は、餅・汁・具材が地域によってかなり違うことを知っていますか？だから、それぞれの家で食べているお雑煮を見れば、その家の人気がもともとどこの出身なのか、わかることが多いです。自分のうちのお雑煮が、どんなものか、調べてみましょう。

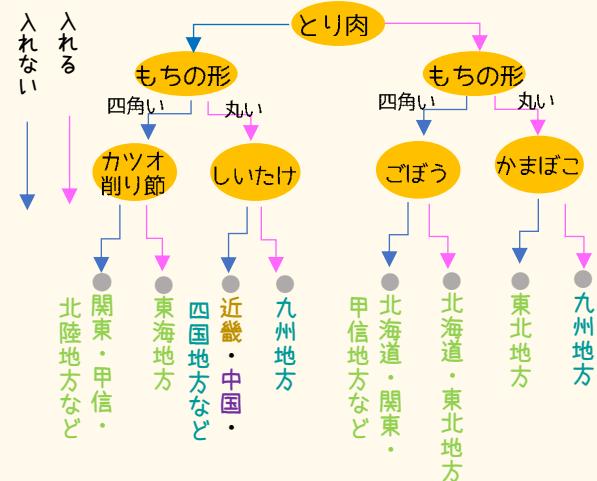


- すまし汁
- 小豆汁
- 白みそ仕立て
- 赤味噌仕立て
- すまし汁



■チャート式お雑煮出身調べ

これはとり肉を中心にして、お雑煮の中身を調査したものです。上から順に答えると、あなたのお家のお雑煮の出身地がわかるかもしれません。



●しょうゆかみそか？

地域によってお雑煮の味付けは様々。東西で大きく分かれ、東日本ではかつお節や昆布でだしを取り、しょうゆで味をととのえる『すまし汁』が一般的。京都を中心とした関西地方ではみそ味が一般的です。東北地方では、鶏肉でだしをとったしょうゆ味のすまし汁です。

調べるポイント

●四角か丸か？

おもちの形は四角か丸か、焼くか煮るかも各地で違います。四角で焼くのは東日本、丸で煮るのは西日本。なんと香川県では白味噌仕立てであん入りの丸もちです。



●具は何を入れる？

おもち以外の具は、各地いろいろ。海の近くでは魚、山間部では山菜など、その地域でよくとれる食べ物を使います。魚は北なら鮭、西から南の地方はぶりがよく使われます。



ひな祭りにたべるものってどんな由来があるの？

ひなあられ

「桃・緑・黄・白」の4色は、春夏秋冬を意味しており、『1年中、娘が幸せな日々を過ごせますように』という意味が込められています。

関東：米を膨らませたポン菓子が主流。甘い味付け
関西：もち米を揚げたあられが主流。しょうゆや塩などのしょっぱい味付け。



ひしもち

ひし形は、成長や繁栄のシンボルとして古くから親しまれてきた形です。

ひし餅の色は桃色が「魔除け」、白色が「清淨」、緑色が「健康」の三色で「健康・長寿・子孫繁栄を願います。



ちらし寿司

ちらし寿司は、「寿(ことぶき)」に通じるおめでたい食べ物で、彩り豊かな具材に女の子の健やかな成長や幸せを願う意味が込められています。

海老(長寿)、蓮根(見通しが良い)、豆(健康でまめまめしく働く)などの意味があります。

