



くわい

- 作り方の例 クワイの皮をむいて煮物など
- 込められた願い 芽が出て成功する。
- 主な产地 埼玉・広島



黒豆

- 作り方の例 黒大豆を、砂糖・醤油で煮る
- 込められた願い まめめめしく（まじめに）生活する意味と、黒い色の力で、魔を除ける。
- 主な产地 兵庫・京都（昔） 北海道（現在）



紅白なます

- 作り方の例 大根・にんじんを細く切り、酢や甘酢などで和える
- 込められた願い 紅と白の色の組合せが、平和や幸せの象徴、結ぶことが人と人の縁を結ぶ。
- 主な产地 にんじん：北海道・千葉（現在） だいこん：北海道・千葉・青森（現在）



えび

- 作り方の例 生食か、焼き・茹でなどの調理
- 込められた願い 海老は長い鬚と腰が曲がった姿から【長生き】の象徴。赤い色がめでたくて、ぴょんぴょん跳ねる様子が威勢が良い。
- 主な产地 北海道・日本海沿岸（昔） インドやベトナム（現在）

昆布巻き



- 作り方の例 軽く皮をむき、煮物。または酢で味付けしてだしで煮る（酢れんこん）
- 込められた願い 穴から向こうが見えるので、「将来の見通しが利く」。
- 主な产地 茨城・徳島・佐賀



れんこん

- 作り方の例 白身魚のすり身・卵・出汁・砂糖などを混ぜて焼き、すきで巻く。白身魚の代用として、はんぺんで作ることも出来る。
- 込められた願い 卷物の書物に見えることから、学問や教養が豊かな人に育つ
- 主な产地（主な原料） スケソウダラ：北海道、アメリカ・ロシア（国外）

伊達巻き



ごぼう

- 作り方の例 軽く皮をむき、煮物。または包丁の裏などで軽く叩いて煮て味付け（たたきごぼう）
- 込められた願い しっかりと地に根づいた生活。
- 主な产地 青森、中国（国外）



金团

- 作り方の例 皮をむいた栗やさつまいもを、砂糖などで煮て、柔らかく練った物
- 込められた願い 金色に見えることから、豊かな生活。
- 主な产地 栗：茨城・熊本、中国（国外） さつまいも：鹿児島・茨城（国内データーのみ）



かまぼこ



かずのこ

- 作り方の例 白身魚などの身を練り味付けして、蒸すか焼く

- 込められた願い 形が日の出に似ているから、めでたい。

- 主な产地（主な原料） スケソウダラ：北海道 アメリカ・ロシア（国外）

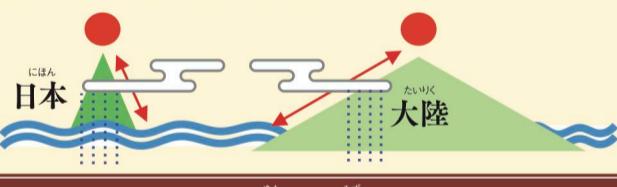
うちに和食とお節の説明があるよ



完成図

海に囲まれ、高低差の大きい、南北に長い日本

日本の山は、とんがってるから、海から直ぐ高い所までいけるね。そして、海に囲まれて、南北に長いね。だからキノコや魚などの山の幸・海の幸、北で採れる昆布・南で採れる砂糖など、日本はたくさんのおいしい食べ物に恵まれているんだね。たくさんの種類の食べ物をバランス良く食べられることや、魚をたくさん食べられることは、健康にも良いんだよ。



海に囲まれ、雨がたくさん降るから、飲むこと・食べること、生きるのに大切な水に恵まれていたんだね。山が急で、空から落ちてきた雨が直ぐ川を下るから、だしの味が良く出る澄んだ水が豊富だよ。

海を活かした生活

遠い所でも、海を利用して、さまざまな物を運んだよ。北前船では、北海道から昆布やニシン・数の子・鰯粕（ニシンを煮て干して、肥料にした物）などが、全国に運ばれたよ。だから昆布を使う文化が沖縄にまで広がったんだね。

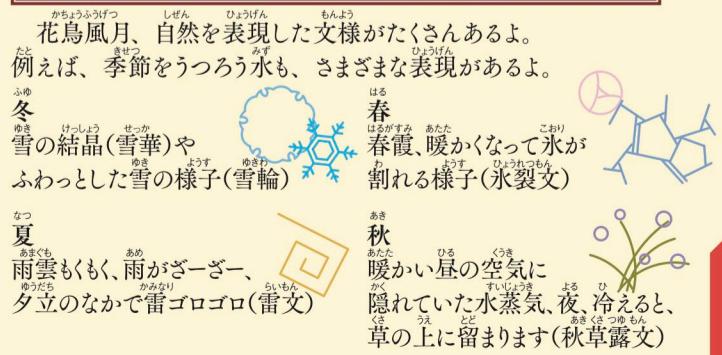


松竹梅



昔の人に気持ちががくれているよ。長い冬、さむくても元気な松・竹に励まされ過ごすよ。春のおとずれを教えてくれる梅の花、冬から春を迎える気持ちが、めでたい意味になったよ。

季節のうつろい・水の文様



地域や家庭ごとに、豊かで新鮮な食材を使った、いろんなお節があるよ。

年末に作ったり、貰い揃えたり、お節の準備の仕方も様々だね。自分で作った食べ物と買った食べ物を、組合せることも出来るよ。

三之重

お節とお重

地域によってさまざまなお節があるよ。幸せが重なるように、おいしい食べ物と願いを「お重」につめて、重ねるよ。

両口箸（祝い箸）

両方も細いのはなんでだろう。片方は人が食べるけど、反対側から、一緒に神様が食べるためには細いよ。自然や恵みの象徴の神様に感謝するためだね。



行事

自然の恵みに、願い祈り感謝するために、さまざまな行事が一年を通してあるんだね。大切な人や仲間、時には神様と一緒に、食事して幸せに過ごすんだね（共食・神人共食）。