

お節のペーパークラフト

～組立と活用のヒント～



【推奨しない使い方】

このお節が、正しい形だよ。みんな、ちゃんとしたお節、食べようね。

【期待する使い方】

このお節は、一つの例だよ。地域や家々で、新年の迎え方はさまざまだね。みんなの家では、どのような気持ちで新年を迎えているかな？ この中に隠れた、感謝や願い・思いと、みんなや友達の思いを考えてみよう。

ペーパークラフトの活用例

● 地域ごと、家ごとに準備される多様な食材・料理

- ▶ どんな思いが かくれているの？
 - ▶ どこで採れるの？
 - ▶ どうやって作るの？



○ 多様な食材を育む自然

- ▶ 南北に長い地形
 - ▶ 島国
 - ▶ 降水量
 - ▶ 高低差の大きい地形



◎ 季節のうつろいと、自然への恐怖

- ▶ 自然や雨に対する畏怖
 - ▶ 繊細な季節の変化を捉え、言葉や文様で表現
 - ▶ 水への敬い



○ 北海道で採れた昆布、どう
やって日本中へ 運んだの？

- ▶ 北前船による流通
 - ▶ 北前船の終点は、【天下の台所】である大阪
 - ▶ 数の子や、昆布巻きにも使われる身欠き鯵も、北前船で運ばれた



○ 自然への感謝・敬い・願い

- ▶ 行事
 - ▶ 神人共食
 - ▶ 両口箸（祝い箸）

和食の特徴	ペーパークラフトの内容	教科との接点
新鮮で多様な食材	多様な食材を育む自然・地形・季節の変化	社会科_5年生； 地形や気候の概要 理科_4年生； 天気・水の三態変化
健康的な食事	バランスのとれる、多様な食材 豊富な魚貝類（不飽和脂肪酸・海草）	社会科_5年生； 地形や気候の概要 家庭科_5・6年生； 栄養を考えた食事
季節のうつろいの表現	お重や器の文様、言葉の表現 水や雨に関する、文様・言葉・漢字	理科_4年生； 天気・水の三態変化 道徳； 自然への敬い 図工_5・6年生； 生活の中の鑑賞 図工_5・6年生； 我が国の美術作品の鑑賞
行事・敬い・感謝・願い	正月・お節・共食・祝い箸・松竹梅	道徳； 伝統と文化の尊重 道徳； 自然への敬い 社会科_4年生； 地域の年中行事、人々の願い
その他	田作り 昆布（昆布巻き）	理科_5年生； 植物の生長・肥料（田作り） 社会科_6年生； 天下の台所（昆布） 家庭科_5・6年生； だし（昆布）

台紙から 型紙をめくる (図の水色部分)



→ めくった裏
→ めくった下

めくった裏
めくった下

→ お節の食材
→ お節の説明

外国語で考える おせちと お正月

違う国の言葉でも、日本の文化や敬いを伝えられるかな？

もし伝えられるなら、どの様な言葉で表現できるかな？

日本や外国の、新年の過ごし方や大切なことを比べたりして、

共感できるところが見つかるといいね！

英語版英訳者：ピアース・ダニエル先生（京都ノートルダム女子大学）・大山 万容先生（立命館大学 言語教育センター）



お正月の秘密

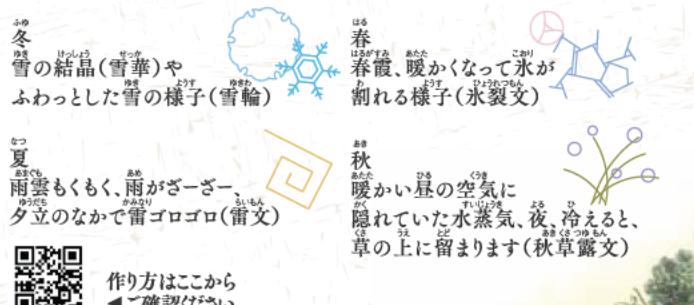
地域や家庭ごとに、豊かで新鮮な食材を使った、いろんなお節があるよ。年末に作ったり、買いたいもいるよね？自分で作った食べ物と買った食べ物を、組合せることも出来るよ。

お年玉から考えよう

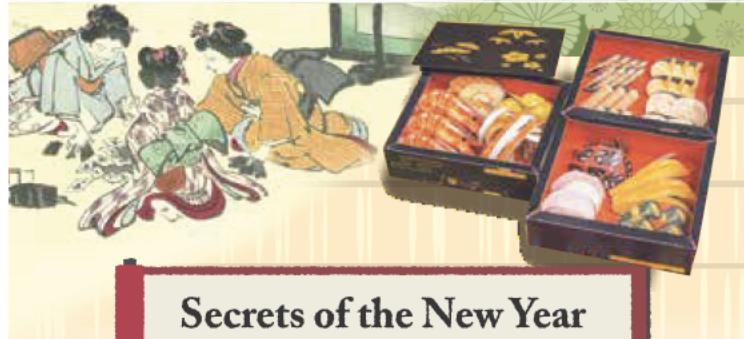
お正月に楽しむはいろいろあるけれど、お年玉もきっとその一つ。お年玉の中身は人それぞれだけど、お札を頂いた人もいるよね？あれ、ちょっと考えて？お札だったら、お年『玉』じゃなくて、お年『四角』じゃないの？！『玉』じゃないとダメなんだって。ちょっと昔の人の気持ちで考えてみよう。大昔から『玉』でどんな物がある？瞳、波紋、年輪、種、果実、卵、月、虹、お日様！大切なものの、命に関わるもの、偉大なものが多いよね！だから『玉』、丸いものには、みんなに恵みをもたらす自然の代表、神様が宿ると思われていたんだね（歳神さま）。だから、鏡餅は丸いんだよ。神様が宿ったお餅は、独り占めした方が良いかな？みんなが、等しく幸運になれるように願いを込めて、鏡餅を分けたり丸餅を配ったりしたのが『お年玉』の始まりなんだよ。こんなふうに、行事や行事食には、いろんな思いが隠れているよ。まずは、お節に隠れた秘密を探してみてね。

季節のうつろい・水の文様

花鳥風月、自然を表現した文様がたくさんあるよ。例えば、季節をうつろう水も、さまざまな表現があるよ。



作り方はここから
◀ご確認ください



Secrets of the New Year

Every region of Japan and every family has a different kind of osechi (New Year's dishes), made from various fresh ingredients. From buying the ingredients, to cooking and putting them together, there are many different ways to prepare for the festive New Year season much like Christmas!

We can also combine pre-made, store-bought foods with foods we make ourselves.

Otoshidama? A Gift of Money on New Year's?

In Japan, there are many things to look forward to – one is a gift of money, given in an envelope called Otoshidama (お年玉). The character 玉, which is read 'tama' or 'dama,' has several different meanings, but often refers things shaped like a ball, sphere, or globe. So, otoshidama could be read as something like 'New Year's ball.' But, hold on a minute – Japanese money isn't a ball, it's in rectangular paper notes. So why isn't it called 'New Year's rectangle?' Well, names can change their meanings over time. Let's think about what types of circular objects might have been meaningful to Japanese people in ages past:

Eyes, ripples on the water, tree rings, seeds, fruit, eggs, the moon, rainbows, the sun!

These are lots of very important, often life-giving things! It was thought, then, that tama, round things, were inhabited by kami (gods), representatives of nature who bring blessings to everyone. That's also why the mochi rice cakes eaten on New Year's are also round! In fact, the first otoshidama were these rice cakes, shared amongst people in the hope that everyone would be equally joyful. These days, otoshidama are usually gifts of money, but they are still given in the same spirit that mochi rice cakes were long ago.

Changing Seasons in Water Patterns

The Japanese language, and its art, has many expressions for the changing seasons of the year. These can be represented by water, and they form the patterns on the osechi boxes, too – can you tell which is which?

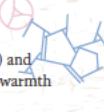
Winter

Snow crystals, like flowers (雪華: yukihana) and snowflake patterns (雪輪: yukiwa).



Spring

Spring mists (春霞: harugashumi) and the cracking of ice in the spring warmth (氷裂文: hyotetsumon).



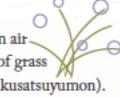
Summer

Rain clouds billow, rain patters down, thunder rumbles in the evening showers (雷文: raimon).



Autumn

Water vapor, hidden in the warm air of the day, coalesces on the tips of grass in the cool night (秋草露文: akikusatsuyumon).



◀ For detailed instructions, follow the QR code.

外国語で考える おせちと お正月

違う国の言葉でも、日本の文化や敬いを伝えられるかな？

もし伝えられるなら、どの様な言葉で表現できるかな？

日本や外国の、新年の過ごし方や大切なことを比べたりして、

共感できるところが見つかるといいね！

英語版英訳者：ピアース・ダニエル先生（京都ノートルダム女子大学）・大山 万容先生（立命館大学 言語教育センター）

伊達巻き



●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、すき巻いて巻く。自身魚の代用として、はんべんで作ることも出来る。

●込められた願い
巻物の書籍に見えることから、学問や教養が豊かな人に育つ。

●主な産地(主な原料)
スケンウラ：北海道、アメリカ・ロシア（国外）

●作り方の例
黒豆を、砂糖・醤油で煮る。

●込められた願い
まめめし（まじめ）に生活する意志、黒い色の力で、魔を除ける。

●主な産地
兵庫・京都（昔）北海道（現在）

黒豆

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
海老は長い長い腰が曲がった姿から【長生き】の象徴。赤い色がめでたくて、ひょんひょん跳ねる様子が威勢が良い。

●主な産地
北海道・日本海沿岸（昔）インドやベトナム（現在）

●作り方の例
白身魚などの身を練り合わせて、蒸すか焼く。

●込められた願い
形容の日に似ているから、めでたい。

●主な産地(主な原料)
スケンウラ：北海道アメリカ・ロシア（国外）

かまぼこ

田作り



●作り方の例
干したイシクニに、醤油・砂糖などを絡めた物（「ごまめ」と言う）。

●込められた願い
吉の人は、田舎の農作物にイソイを使っていた。豊作・豊年を意味する。

●主な産地
太平洋沿岸

●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
栗に見えることから、豊かな生活。

●主な産地
栗：茨城・熊本・中国（国外）さつまいも：鹿児島・鹿城（国内データーのみ）

金团

れんこん



●作り方の例
軽く皮をむき、煮物、または酢で味付けして煮る。（「れんこん」）。

●込められた願い
穴から向こうが見えるので、【通じ】と通じる。

●主な産地
茨城・徳島・佐賀

●作り方の例
昆布で、ニンジン・マス・ブナなどを巻き、カンピウで縛り、味付けして煮る。

●込められた願い
「こころ」が「ころこ」の「こころ」に似ている。

●主な産地
北海道・日本海沿岸

ごぼう

昆布巻き



●作り方の例
ニンジンから取った卵の塩漬けした物。

●込められた願い
卵がひっついで、子孫繁榮。

●主な産地
北海道（昔）カナダ（現在）

●作り方の例
クリの皮をひいて煮物など。

●込められた願い
芽が出て成功する。

●主な産地
大分・熊本・鹿児島・宮崎（現在）

紅白なます

かずのこ



●作り方の例
昆布と一緒に、マス・ブナなどを巻き、

●込められた願い
卵がひつついで、子孫繁榮。

●主な産地
北海道（昔）カナダ（現在）

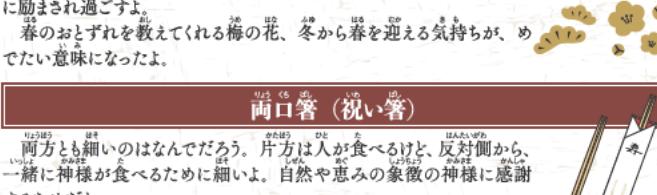
●作り方の例
クリの皮をひいて煮物など。

●込められた願い
芽が出て成功する。

●主な産地
埼玉・広島

くわい

松竹梅



昔の人に気持ちはかくれているよ。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。

両口箸（祝い箸）

両方と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細いよ。自然や恵みの象徴の神様に感謝するためだね。

企画・製作： いただきます.info（海老原 誠治）

英語版英訳者： ピアース・ダニエル（京都ノートルダム女子大学）
大山 万容（立命館大学 言語教育センター）

製作協力： 三信化工（株），（一社）はしわたし研究所，（株）JM

Datemaki
Rolled Omelette



●Preparation

A mixture of whitefish surimi, egg, dashi stock and sugar baked and rolled in a sushi roll. Also made with hanpen, a different form of surimi.

●Prayerful meaning

As it looks like a rolled scroll, a prayer for growth up learned and cultured.

●Principal production areas

(Ingredients)
Walleye pollock: Hokkaido, America, Russia.

Kuroname
Black Soybeans



Ebi
Shrimp



●Preparation

Served uncooked, grilled, or boiled.

●Prayerful meaning

The shrimp, with its long whiskers and bent back, is a symbol of longevity. Red is an auspicious color in Japan, and so is the shrimp. The way shrimp jump about represents vigor.

●Principal production areas

Hokkaido, Japan Sea coast (originally), India, Vietnam (present day).

Kamaboko
Cured Surimi



Tadokuri
Dried Japanese Anchovy



●Preparation

Japanese anchovies dried and seasoned with soy sauce and sugar. Also called gomame.

●Prayerful meaning

In the past, people used Japanese anchovies to fertilize their fields for farming. Tadokuri represents a prayer for good harvest and abundance.

●Principal production areas

Pacific coast.

Kinton
Sweet Cakes



Renkon
Lotus Root



●Preparation

Lightly peeled and boiled. Alternatively, simmered in vinegar broth.

●Prayerful meaning

As you can see through the holes of the renkon, it represents a wish for insight and perspective on the future.

●Principal production areas

Ibaraki, Tokushima, Saga.

Gobou
Burdock



Kobumaki
Rolls



●Preparation

Herring, trout or carp, rolled in kombu kelp, tied with kyanpo (a dried gourd vegetable), seasoned and boiled.

●Prayerful meaning

Kombu and 'to be delighted' (yotokoro) sound similar in Japanese. A prayer for joy.

●Principal production areas

Hokkaido, Japan Sea coast.

Kobaku namasu
Carrot & Daikon



Kazunoko
Herring Roe



●Preparation

Salted eggs from herring fish.

●Prayerful meaning

As kazunoko has many, many eggs, it represents a prayer for plentiful and prosperous descendants.

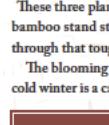
●Principal production areas

Hokkaido (originally), Canada (present day).

Kutai
Arrowhead Tuber



松竹梅 Shochikubai: Pine, bamboo and plum



These three plants have had special meaning in Japan since times long past. Pine trees and bamboo stand strong and healthy through the cold winter, and their vigor inspires people through that tough season.

The blooming of plum trees tells us of the coming spring – approaching warmth after the cold winter is a cause for celebration.

Double-sided Festival Chopstick

Japanese chopsticks usually have a thick end and a thin end. But both ends of these festive chopsticks are thin – why? Well, one side is for people to eat with, as usual, and the other side are reserved for Japanese kami (gods), symbolizing a shared meal with the gods. It is a way of expressing gratitude to the gods, symbolic of nature and its blessings.

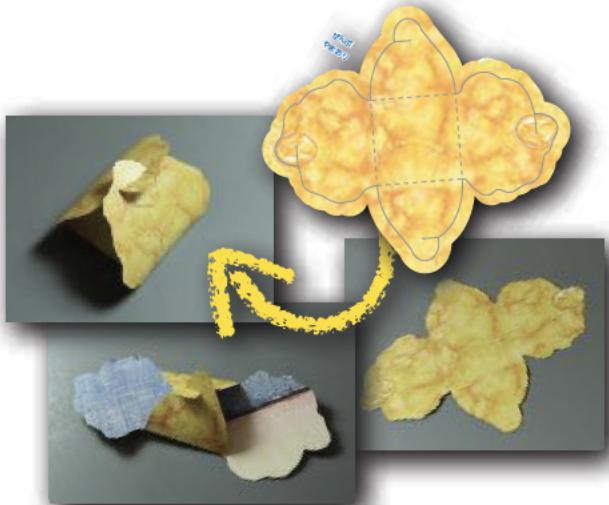
Planning/Production: itadakimasu.info (Seiji Ebihara)

English version translators: Daniel Roy Pearce (Kyoto Notre Dame University)
Mayo Oyama (Ritsumeikan University, Language Education Center)

Production assistance: Sanshin Kako Co., Ltd.; Hashiwatashi Kenkyujo; JM Corp.

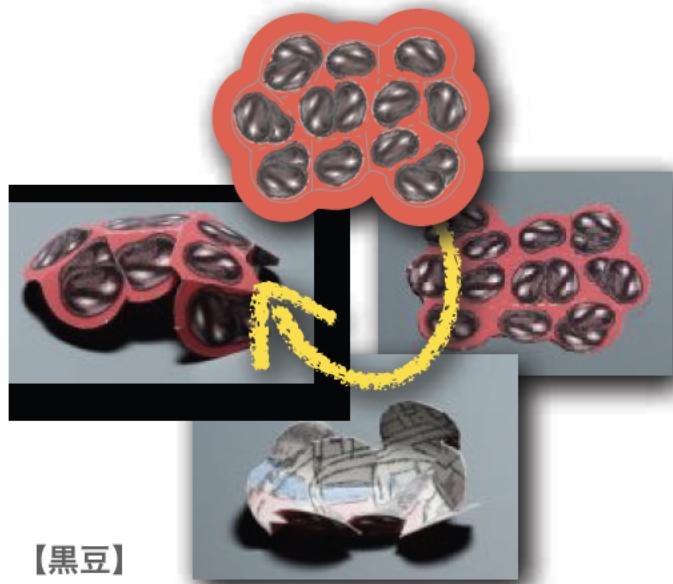


台紙から、おせち料理の型紙を、めくり取る



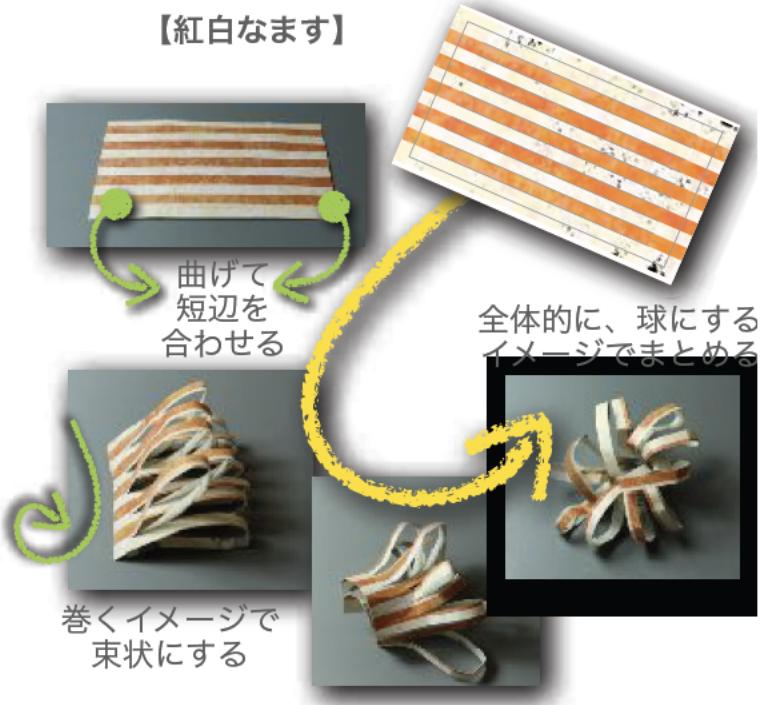
【金団】

向かい合わせで二組ある金団の側面を、それぞれ、切れ込みで噛み合わせる
(先に、小さな組合せから組立る)



【黒豆】

表の折り目が軽い山になるように折り、全体に立体感が出るようにする。

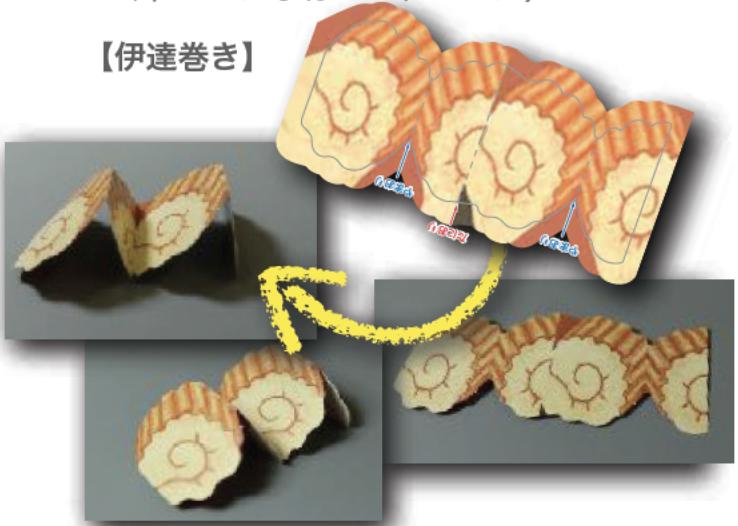


全体的に、球にするイメージでまとめる

巻くイメージで束状にする

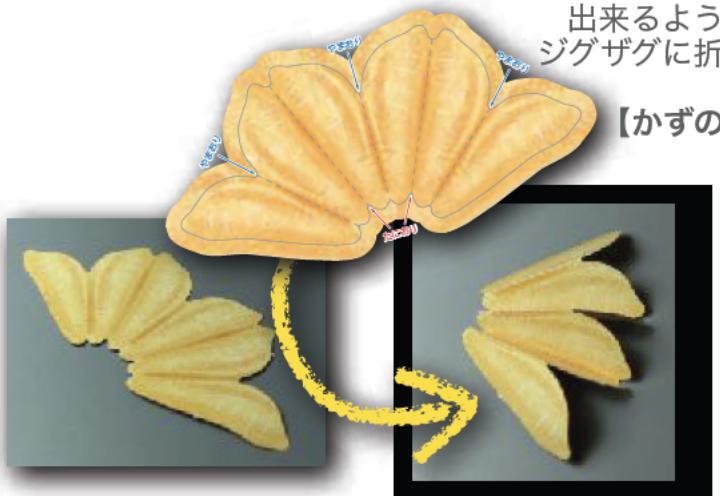
横から見たとき、のこぎり状（^ ^）に山が出来るように、ジグザグに折る。
(同じ作り方： 海老・田作り・昆布巻き・くわい・かまぼこ・れんこん)

【伊達巻き】

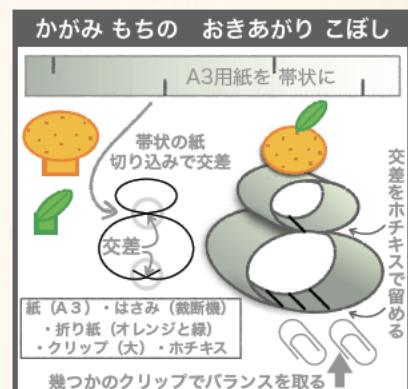


表側に、山が3つ出来るように、ジグザグに折る。

【かずのこ】



その他にも、小さな子ども向け
鏡餅の おきあがりこぼしや
折り紙で作る「おせち」など
食育の情報を 発信しています。



<https://itadakimasu.info>

いただきます.info