

# きゅうしょくだより

No.10

令和8年1月1日 発行  
認定こども園 函館上湯川保育園  
☎57-2619

あけましておめでとうございます。

新年早々、寒さも厳しいですが、年末年始で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えたり、温かい料理を食べたりして、元気に過ごしていきたいですね。

今年も子どもたちに美味しいと思ってもらえる給食を提供できるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。

給食室より



## 春の七草

春の七草は、「せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ」です。

1月7日に七草がゆを食べて、一年間病気をせずに健康に過ごせるようにと祈る行事です。

また、年末年始で乱れた胃腸を整える効果もあるとされています。



## 鏡もち

お正月に飾る鏡もち。

鏡もちは、古代の鏡の形に似せて、丸く平らに作られているといわれています。

鏡は、日の光を反射して太陽のように光ることから、日本神話で太陽の神様とされる天照大神に見立てられ、神様が宿るものと考えられ、神様が宿る丸い鏡に見立てて、鏡もちをお正月に供えるようになったそうです。



## ★おせち料理のあれこれ★

〈数の子〉

たくさんの卵に子孫繁栄の願いを込めています。

〈黒豆〉

家族みんながまめまめしく働いて、元気に過ごせるようにという願いを込めています。

〈伊達巻〉

昔の巻物にかけ、文化の発展を願っています。

〈昆布巻き〉

「よろこび」とかけて、おめでたいものとされています。



おせち料理には、様々な意味が込められています。ぜひ、ほかのおせち料理の由来も調べてみてください♪