

# 節目で食べる 人生儀礼の和食

11 和食文化を  
伝えよう



出典：農林水産省「和食」  
全文はこちらから→



## お食い初め

生後100日目に、一生食べることに苦勞  
しないようにと願いを込めた膳を用意します。  
丈夫な歯が生えるよう、「歯固めの石」も  
欠かせません。



## 千歳飴



「千歳」という名前通り、健康や長寿を  
願って子どもに持たせたもの。元々は麦  
芽から作った細長い飴を、縁起のいい  
紅白の色に染めたものでした。



## 赤飯

人生儀礼の席では、よく赤飯が食べられます。  
これは、昔は赤い色が邪気や厄を払うと信じ  
られていたためです。

