

日本の行事食（和食）

豊かな自然に恵まれた日本。

暮しとともに四季を愛でる和食には、一年を通して旬の食材や味わいを大事にしながら祭事の席にふるまわれていました。

日本根は一年を通して伝統的な行事食というものがあります。

代表的なものを挙げています。みなさんはいくつわかりますか？

和食について考えてみましょう！

春の行事食の例

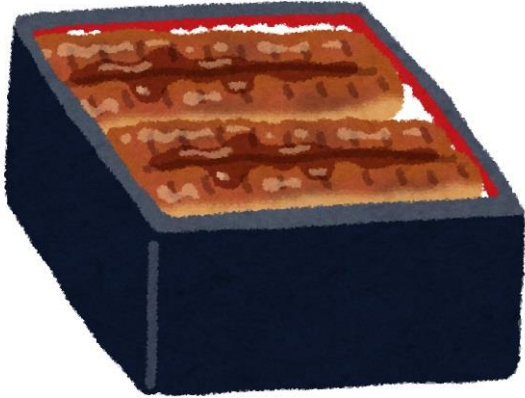


おせち料理
新年に各家庭にいらっしゃる歳神さまへお供えし、年が明けてから神様のお下がりとしていただく料理だよ。



恵方巻
江戸時代から明治時代にかけての大阪の花街で節分をお祝いしたり、商売繁盛を祈ったりしたのに始まったといわれているよ。

夏の行事食の例



うなぎ

うなぎが売れない店に「土用の丑の日、うなぎの日」という張り紙をしたところうなぎが売れるようになり、土用丑の日とうなぎを食べる習慣が始まったといわれているよ。



七夕そうめん

昔の中国の「さくべい」という料理が由来しています。中国の言い伝えでは7月7日に亡くなった帝の子供が疫病を流行らせたため、好物だった「さくべい」をお供えしたら疫病が治まったそうだよ。

秋の行事食の例



お月見団子

お米の粉で作ったお団子
を満月にみたくて、お米が無事
に収穫し、来年も豊作を祈
願したことがならわしに
なったんだよ。



重陽の節句

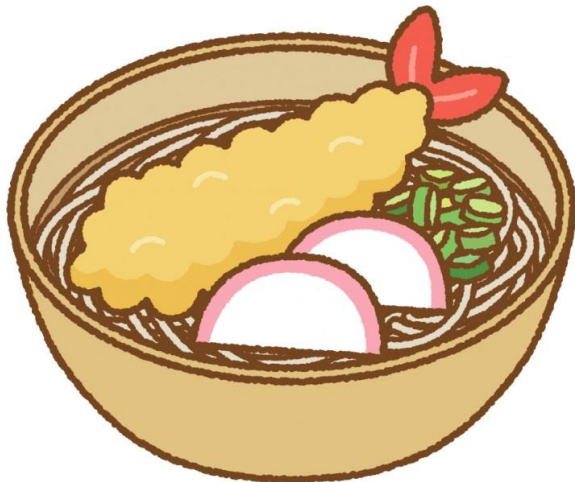
「菊の節句」とも呼ばれて、
無病息災や長寿を願い、栗
ご飯などを食べたりします。
最近はあまり聞かないです
が、以前は盛んに行われて
いたようだよ。

冬の行事食の例



かぼちゃ料理

かぼちゃの旬は夏ですが、長期保存ができるため冬至の時期にも食べられていました。また冬至に食べて無病息災を願ったといえます。



年越しそば

大みそかの夜にそばを食べる習慣は江戸時代中期から後期にはじまったようです。縁起物としてハレの日に食べられていたんだよ。

和食のユネスコ無形文化遺産登録

お正月におせち料理を食べたり、冬至にかぼちゃ料理を食べたり、季節の行事ごとに食べるのが行事食。これは日本人が大事にしている食文化です。

2013年12月に「和食 日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産として登録することを決定しました。そして日本食文化を見つめなおすとともに、次の世代に保護・継承の動きにつながることを期待されています。

季節ごとの行事食、探せば他にもいろいろと出てきます。地方によっても様々です。

興味が出てきたら探してみましょ。そして家族と一緒に「**行事食**」について話してみたらいかがでしょう。

