

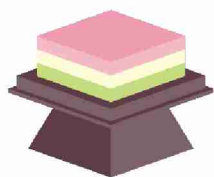


ひなまつりの始まりは諸説ありますが、中国から伝わった「上巳（じょうし）の節句」が由来と言われています。平安時代に、紙などで作った人形で体をなでることによってけがれを人形に移し、川や海に流して邪気払いをする風習がありました。これが「流し雛」のルーツと言われています。平安貴族の中で流行っていたおままごと遊び「ひいな遊び」と合わさり、ひなまつりの形ができあがりました。

「桃の節句」という名は、桃の開花時期に重なるだけでなく、桃の花や木に長寿や魔除けの力があると考えられていたことに由来します。



## ひなまつりにちなんだ食べ物



### 菱餅

菱餅のルーツは、中国の上巳節で食べていた母子草のお餅で、母と子が健やかであるようにという願いが込められています。（母子草とは春の七草のひとつ「ごぎょう」のこと）日本では母子草がよもぎ餅となり、江戸時代に菱を入れた白い餅が、明治時代にくちなしを入れた赤い餅が加わって、3色となりました。それぞれ、健やかな子に育ってほしいという願いが込められています。

### ちらし寿司

ちらし寿司は、見た目がとても華やかで、縁起のいい山海の幸をたくさん使っていることから、ひな祭りに食べるようになりました。ちらし寿司には、菱餅のようにひなまつり独自の由来があるわけではありませんが、お祝いの日にあふさわしい食べ物です。



### はまぐりのお吸い物

はまぐりは貝殻が一对になっていて同じ貝殻同士でないとはぴたり閉まらないことから夫婦にたとえられており、良い相手と巡り合え仲良く過ごせることを願っています。

### ひなあられ

野外でひなまつりを楽しむため、菱餅を砕いて作った携帯食料だったと考えられています。



### 白酒

昔からひなまつりには白酒が欠かせないものですが、もともとは桃が百歳を表す「百歳（ももとせ）」に通じることから、「桃花酒（とうかしゅ）」を飲む風習があり、その後、江戸中期になってから、白酒が好まれるようになったそうです。



給食では・・・



3月 菜の花ずし(酢めし) 牛乳	
●菜の花ずしの具	●ずまし汁
(さけそぼろ)	絹ごし豆腐
さげ(フレーク)	はんぺん(紅白)
凍り豆腐(細)	えのきたけ
ごまつな	糸みつば
にんじん	かんぴょう
ごま(白)	しょうゆ
砂糖	塩
酒	酢
塩	酢
水	酢
(卵そぼろ)	
鶏卵	
米油	
砂糖	
塩	
エネルギー 635kcal	たんぱく質 26.7g

