



あけましておめでとうございます🎊ここ数年は、新型コロナウイルス感染症の影響でもどかしい日々が続いていますね。2022年こそ元の生活を取り戻せるよう、引き続き感染対策していきましょう。

### 1月行事食

1月1日 🍱 おせち弁当 🍱



お正月といえば、おせち料理やお雑煮、鏡餅、門松、お年玉など思い浮かべるものがたくさんあります。今月の給食だよりでは、その中のひとつである「鏡餅」について紹介していきます。

鏡餅は、古来より新しい年神様へのお供えとして飾る習慣がありました。また、年神様の依り代でもあります。年神様を家に迎えてその年一年間の無病息災や良運を願ったり、鏡餅に宿った年神様の魂を分けて頂くことで一年分の力を授かると言われています。



### ●何故「鏡餅」と言うの？飾りの意味は？

古くから、鏡には魂が宿るものと信じられてきました。鏡餅の餅が丸いのは、鏡のかたちに由来します。そして、この丸い餅を大小2つ重ねるのは、月と太陽、陰と陽を表し、円満に歳を重ねる・夫婦和合などの意味が込められています。

ところで、前述の「年神様の魂を分けて頂く」とは、どのようにすれば良いのでしょうか。

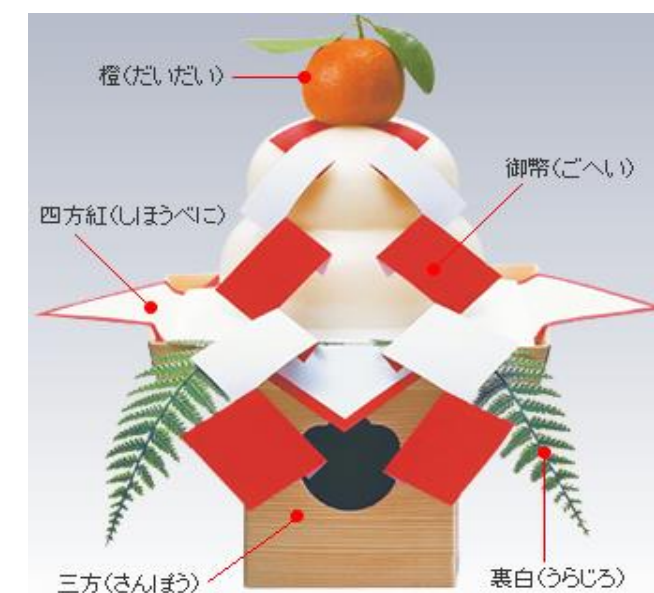
家に来られた年神様は、鏡餅に依りつき、鏡餅には年神様の御魂(みたま)が宿ります。この鏡餅の餅玉が年神様の御魂であり、その年の魂となる「年玉」です。この餅玉を食べる料理が**お雑煮**で、餅を食べることで身体に魂を取り込むとされています。また、餅というのは稲の霊が宿るハレの日の食べ物で、食べると生命力が与えられるともされているのです。



一般的には、三方(さんぼう)に白い紙、または四方紅を敷き、紙垂、裏白、譲葉などの上に鏡餅をのせ、昆布、橙などを飾ります。地方や家によっては、串柿、勝栗、五万米、黒豆、するめ、伊勢海老などの縁起ものを盛るところもあるようです。鏡餅の飾りにはそれぞれ意味があり、また飾り方も時代の流れにより変化しています。

- ・**四方紅**…四方からの災いを退ける。
- ・**裏白**…シダの一種で、裏面が白い為裏表のない清廉潔白の心を表す。また、対になって生えている為、夫婦仲睦まじく相性の良いこと、白髪になるまでの長寿を願う。
- ・**橙**…木から落ちずに大きく育つことから、代々大きくなって落ちないという縁起物。
- ・**昆布**…よろ“こぶ”の語呂合わせから、よく飾りに使われる。
- ・**譲葉(ゆずりは)**…家督相続、家系の存続を表す。

図：一般的な飾り方と飾りの名称



(日本鏡餅組合HPより)

### ●鏡開き

鏡開きとは、神様に供えていた鏡餅を下げて食べる年中行事のことです。鏡開きの日、地方によって違いがありますが、多くは松の内(1月7日まで)が明けた1月11日に行います。

お正月、神様は全ての人や物に新しい生命を与えるために現れると伝えられています。その年神様の霊力はお供えした鏡餅に宿っているので、鏡餅を食べることで新しい生命をいただくことができるというわけです。お供えした餅には神様の霊が宿っているので、刃物を使わず木づちなどで叩いて割って(鏡を開く)、雑煮や汁粉などで頂きます。



【参考・引用サイト】

- <https://allabout.co.jp/gm/gc/404098/>
- <https://cookbiz.jp/soken/culture/kagamimochi/>
- <http://www.kagamimochi.jp/kazaru/index.html>