



# パクパクだよ!



早いもので2022年最後の月となりました。みなさんにとって様々なことがあった1年かと思いますが、今年はどうな1年でしたか? 1年を振り返りながら、新しい年を良い年にしたいですね。年末にかけて楽しい行事が続く12月です。お子さんと一緒に充実した時間を過ごせると良いですね。

## 「おせち料理」について

日本のお正月文化の一つとして“おせち料理”があります。新しい年のはじまりをお祝いするおせち料理には、色々な願いが込められます。食生活が多様化しており、和・洋・中のお節をはじめアレンジを加えたお節もあり、様々です。お節料理に込められる願いをいくつかご存じですか?一緒にみてみましょう。

### 黒豆

「まめ」に働き、健康に暮らせることへの願いが込められています。

### きんとん(金団)

黄金色を小判に見たて、金団(きんとん)と書くことから、財宝に恵まれるようにとの願いが込められています。

### 数の子

ニシンの子で、卵の数が多いことから子孫繁栄の願いが込められています。

### 田作り(ごまめ)

田作りの材料はカタクチイワシという魚です。昔イワシが畑の肥料に使われたことから、豊作を願う意味が込められています。

### 昆布巻

昆布は昔「ひろめ」と呼ばれていたこと、また「喜び」という語呂あわせから「喜びをひろめる」という意味があります。

### 紅白なます

紅白の色合いがお祝いの水引のようであることから、お祝いの席に並び料理のひとつになりました。

### えび

わん曲したえびの姿から、腰が曲がるまで長生きするようにとの願いが込められています。

### 伊達巻き

「巻き物」の形に似ていることから、知識や教養がつくようにとの願いが込められています。



## 年越しにゅうめん

《幼児4人分の分量(購入量)》

そうめん	60g
ほうれん草	50g
玉ねぎ	45g
油あげ	12g
にんじん	40g
みりん	16g
しょうゆ	16g
しろしょうゆ	8g
削り節	12g

1. 油揚げは熱湯をかける等して余分な油を落とし、細切りにする。
2. ほうれん草はゆでて水気を切り、食べやすい大きさに切る。
3. 玉ねぎはスライス、人参は細切りにする。そうめんはゆでておく。
4. 削り節でだし汁をとる。
5. 4でとっただし汁に玉ねぎ、にんじんを入れて煮て、ある程度火が通ったら油揚げを加えて煮る。
6. 5に調味料を入れて、最後にそうめんを加える。
7. 器に盛り付け、最後にほうれん草のをせる。

大晦日に食べる料理に「年越しそば」がありますが、そばの代わりにそうめんを使用し、にゅうめんにしてみてもいかがでしょうか? にゅうめんは、ほっとあたたまる料理です。年末に食べ過ぎて疲れた胃にも優しいと思います。是非、作ってみてくださいね。