



いただきます～す！

寒さが一段と身に染みるこの季節。朝の冷え切った空気が、気持ち新たに身も心も引き締めしてくれるような新年のスタートです。

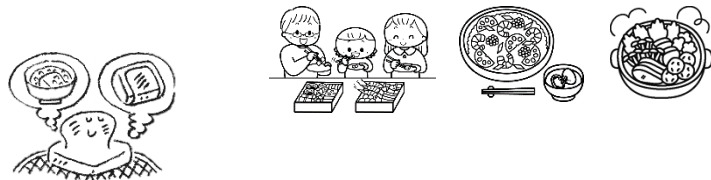
1月のおもちつき大会ではなもちを作りましたね。綺麗な桃色と真っ白な餅のコントラストが映えていて、見ていると華やかな気持ちにさせてくれました。お正月飾りを作るという体験を経て、日本の伝統的な文化に触れることができたのではないのでしょうか。



1月の行事食 ～松竹梅ランチ～

- ・包み焼きハンバーグ
 - ・きゅうりちくわ
 - ・花形人参
 - ・ブロッコリー
 - ・京風味噌汁
- ※お誕生会の写真は2月のお便りに掲載予定です※

みなさん、お正月に食べるものといえば何を思い浮かべますか？お正月料理には、おせち、お雑煮、ちらし寿司、鍋料理など美味しいものがたくさんありますよね。なかでも「お餅を食べるよ！」という人は多いのではないのでしょうか。園でもお餅つきをしたりして、お正月といえば“お餅”が定番になっていますね。今回はそんなお餅について紹介していきます！



餅について知ってみよう

日本では餅は古くから食べられているものの一つですが、一体いつからあるのでしょうか。それは約1300年前に遡ります。奈良時代のふるさとの起こりが書かれている風土記に餅の事が記されています。そこでは白い餅は縁起の良い白鳥に連想されていて、「神秘の力を宿すもの」と考えられていました。そこから餅を食べると力がつくと思われ、ハシの日（＝お祝いのある特別な日）に餅を食べる習慣が広がりました。

それは今でも食文化として日本に根づいています。例えばお正月には鏡餅、ひな祭りにはひし餅、端午の節句には柏餅。他にも彼岸にはぼたもちやおはぎといった季節の餅がたくさんあります。四季折々に縁起物として餅は食べられているのです。



地域で違う餅の形

お餅の形には一般的に四角と丸があります。特に雑煮に入っている餅は地域によって、どちらの形が多く食べられているかが異なります。

日本の東側と西側で形が異なり、境目は岐阜県の関ヶ原です。



参考：農林水産省

東側→角餅 西側→丸餅

ちょうど境界線上にあたる岐阜、石川、福井、三重、和歌山の5県では角餅と丸餅の両方が食べられています。



日本の餅はもともと丸い形をしていました。角餅が広まったのは江戸時代。平たく伸ばした餅を切り分ける方法が生み出されたことが角餅の始まりで、運搬にも便利なることから徐々に浸透していったとされています。

地域によってお餅の形が違うなんて面白いですね。みなさんのお家のお餅は四角と丸どちらでしょうか？



例外として、東側でも京都文化の影響が強い山形県庄内地方や、つきたての餅を年間60日以上食べる習慣のある岩手県一関市では丸餅が主流です。

また西側でも高知県と鹿児島では角餅を使う地域があり、これは当時（江戸時代）に土佐（高知県）藩主であった山内氏、薩摩（鹿児島県）藩主であった島津氏が長く江戸に留まっていた影響からだと言われています。

お正月に余った餅の食べ方・保存方法

餅はカビが生えやすい食べ物です。そんな餅をカビから守る方法をご紹介します。

① 冷凍する

ラップで一個ずつ包んだり、フリーザーパックに入れりして、冷凍保存します。調理するときは室温で半解凍してから使うと◎

② 水餅にする

食品保存容器に餅を入れ、ちょうど餅が浸かるくらいの常温の水を加えます。蓋を閉めて冷蔵庫か、冷暗所で保存すると◎（※ただし水は毎日取り替え）

※お家でお子さんがお餅を食べるときは、喉に詰めないようよく見てあげてください。