

～ 四季の行事食 ～

季節	行事	行事食	行事食に関するいわれなど
春	3月 春の彼岸 (春分の日)	ぼた餅 	春分の日を彼岸の中日とし、前後各3日をいいます。寺院や先祖の墓に参り、ぼた餅を供えます。牡丹の季節なので「ぼた餅」といいます。
	4月 桃の節供 (ひなまつり) 	寿司(もっそう・巻き寿司・いなり) ぬた 寒天 	五節供のひとつで、女の子の成長を祝います。ひな人形を飾り、桃、菱餅、ひなあられなどを供えます。ひと月遅れで祝い、昔は花見をかねて重箱弁当を持って野山に出かけていました。
	5月 端午の節供 (こどもの日)	まき 	五節供のひとつで、男の子の成長を祝います。こいのぼりをたてたり、かぶとを飾ります。柏の葉ではなく、団子をまきしば(さるとりいばらの葉)に包んで蒸して食べる「まき」が一般的です。
夏	6月 泥落とし	豆むすび 煮しめ まき	田植えが終わり、農繁期の疲れを癒すため、ご馳走を作り、隣近所のひとと集まって、労をねぎらいます。
	7月 七夕  土用の丑	冷や麦 鰻の蒲焼き 	五節供のひとつで、天帝の娘織女と牽牛の恋物語にちなんだ星祭です。 土用の丑は年4回ありますが、特に夏の土用の丑が有名です。暑い時期を乗り切るため、栄養豊富な鰻の蒲焼きを食べて体力をつけます。
	8月 お盆	盆団子 延べ団子 そうめん汁	団子を作り、先祖にお供えして供養します。お盆のそうめん汁は、干し鮎でだしをとります。
	9月 十五夜 秋の彼岸 (秋分の日)	月見団子  おはぎ	月見団子や芋などを供え、すすきを飾ります。 先祖供養をするため彼岸参りを行い、仏前におはぎを供えます。「おはぎ」と呼ぶのは、小豆の粒々が秋の七草の一つ、萩の花が咲き乱れる様に似ているからです。
秋	10月 祭り(収穫祭)	さば寿司	農作物の収穫を喜び、先人や祖先に感謝し、郷土の発展と子孫の繁栄を祈ります。夜通し奉納神楽の舞があります。神輿も練り歩きます。
	11月 芋供養 	いも餅	江戸時代にさつまいもを普及させて人々を救った石見代官・井戸平左衛門の遺徳を偲んで行われます。いも餅やいも粥などをいただきます。
	冬	12月 冬至 大晦日	かぼちゃ 豆腐 年越しそば 
1月 お正月		雑煮 おせち料理 	雑煮は、一年中まめに暮らすようにとの願いを込めて、餅におせち料理の黒豆、かつお節を添え、すまし仕立てにして食べます。おせち料理(数の子、黒豆、ごまめ、昆布巻きなど)には、無病息災や子孫繁栄の願いが込められています。
七草 		七草粥	正月料理で疲れた胃腸を休めるため、一月七日に、春の七草(せり・なずな・はこべら・ごぎょう・ほとけのざ・すずな・すずしろ)をかゆに入れて食べます。一年の邪気を払い、万病を防ぐといわれています。
とんど		焼餅 ぜんざい	正月飾りや書き初めを持ち寄って火を燃やし、この火で焼いた餅を食べると、一年の病気を払うといわれています。
2月 節分 		鯨飯 こんにゃくの白和え 炒り大豆	大歳には大きなものを食べると縁起がよいといわれ、鯨を食べたり、砂おろしの意味を込めて、こんにゃくを食べるといわれています。