

# 行事食について知ろう し せつぶん 行事食について知ろう ~節分~



節分とは、「季節を分ける」という意味で、春の始まりである「立春」の前の日（2月3日）のことをいいます。昔から、季節の変わり目には「おに」が出るといわれていて、「おに」を追いはらうために、豆まきなどを行います。

【献立名】 こんだてめい いわしのかば焼き丼・牛乳・なばなのおひたし・かしわ汁・節分豆・かば焼きのたれ

## 節分の「おに」

節分でいう「おに」とは、「病気」や「災い」のことです。

おにが苦手な「豆」を食べたり、「いわし」をつるしたりして、おにを追いはらいます。



## 節分に関係する食べ物



### 大豆 (節分豆)

節分豆を「おには外、福は内」と  
言ってきます。

「福豆」と言われる節分豆を自分の  
年の数だけ食べることで、1年の幸せ  
が体に入ってくるように願います。



### いわし

ひいらぎの枝に、焼いたいわし  
の頭をさした「ひいらぎいわし」  
を家の玄関などにつるし、おにを  
追いはらいます。



### 恵方巻き

巻きずしを切らずに、その年の恵方（縁起の  
よい方角）をむいて、しゃべらないで食べます。  
今年の恵方は「北北西」です。  
巻きずしを切らないのは、「縁（周りの人との  
つながり）を切らないため」といわれています。