

# 日本の 行事食クイズ!

四季がはっきりとしている日本では、四季折々の行事があり、それにまつわる食べ物や食べ方があります。そのルーツを知り、大切に伝えていきたいものです。

## 1. 七草がゆ

1月7日は、その年の健康を祈り、家族で春の七草を入れた『七草がゆ』を食べる日です。  
Q 春の七草の名前を( )に入れてみましょう。



( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( )

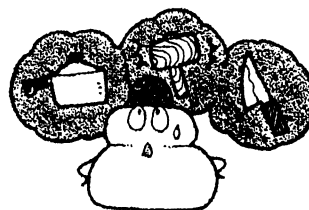
緑の乏しい冬に食べて、邪気(病気などを引き起こす悪い気、悪意)を払おうという、中国の習慣が伝わって生まれたといわれています。七草のほとんどは薬草で、七草がゆとして食べるようになったのは、室町時代からです。古代人の知恵が生んだ『薬膳がゆ』なのです。

## 2. 鏡開き

1月11日は、『鏡開き』の日です。  
(地方により日にちが違います。)

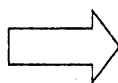
『鏡開き』とは、正月にお供えした鏡もちを下げ、雑煮や汁粉などにして食べる行事です。  
Q さて鏡開きで、大きな鏡もちを小さくするとき、してはならないとされていることがあります。  
それは、何でしょう?

1. 煮てやわらかくして、手でちぎる。
2. 砕いて小さくする。
3. 包丁で切る。



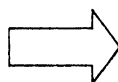
「鏡」は円満を、「開く」は末広がりを意味します。

## 3. 2月3日は何の日?



古代中国では、季節ごとに邪気を追い払う行事をしていました。この行事が日本に入り、定着したものとされています。( )で( )を追い払う行事となったのは、室町時代のはじめ頃とされています。

## 4. 3月3日は何の日?



女性(子どもでも大人でもよい)のお祭りとして、すこやかな成長を祈る行事です。

Q この行事ならではの食べ物・料理といえば何でしょう?(いくつかあります。)

[ ]