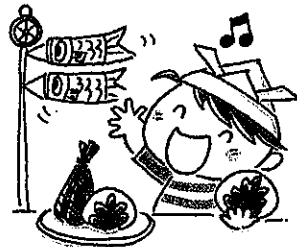


行事食 子どもの日 端午の節供...5月5日

端午の節供のいわれ

端午の節供は五節供の1つで、男の子の節供です。この日は、家々にこいのぼりをたて、ちまきや柏もちなどを食べて祝います。よもぎやしょうぶを邪気払いのまじないに用いることも、ちまきを食べることも中国の風習です。日本へは平安時代に伝わりました。貴族の間で取り入れられ、しだいに民間に広がっていきました。



「園児わくわく行事食」西田奈保子（芽ばえ社）参考

端午の節供にまつわるもの

しょうぶ

昔から薬草とされ、邪気や病気・災難よけとして伝えられてきました。浴槽につけてしょうぶ湯にしたり、また、銚子に添えてしょうぶ酒にしました。

ちまき

中国の聖人・屈原の忌日が5月5日にあたり、その姉が弔うためにつくったのが始まりといわれています。もち米やうるち米でつくり、茅（かや）や笹でまいて蒸します。

柏もち

柏は新芽が出ない限り古い葉が落ちないことから、家が絶えない、後継者が絶えることがないという縁起のいい木として考えられてきました。柏の葉は香りが強いので邪気をはらうといわれています。

魚

タイ・カツオなどがよく食べられました。こいは男らしい魚として喜ばれ、こいのぼりを立てて祝うのです。

黄飯

男の子の出世を願い、お祝いの時に作ります。クチナシの果実を煎じた黄色の汁に、塩を加えて炊いたごはんです。解熱・浄血にきくとされています。

家庭でできる行事食

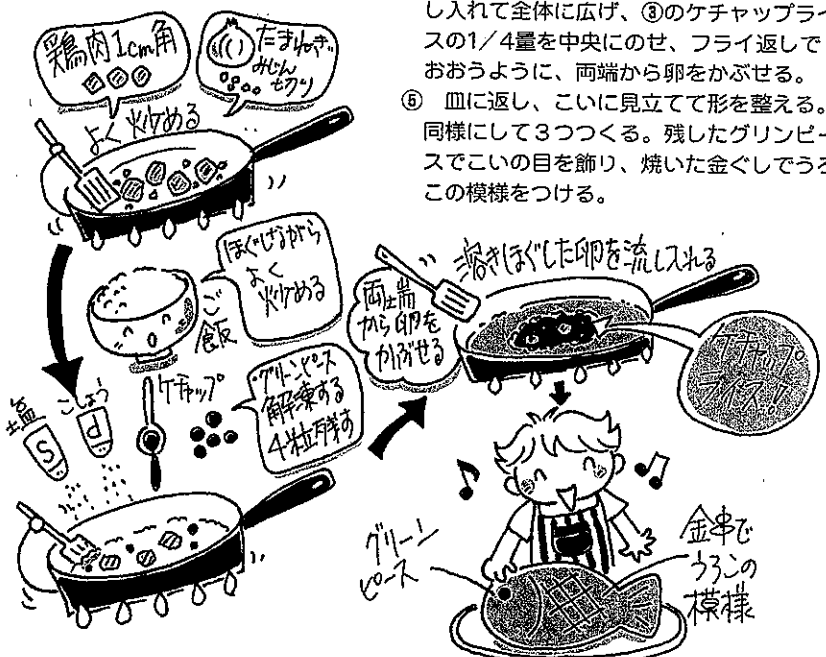
こいのぼりオムライス

【材料】4人分

ごはん	茶碗4杯
鶏もも肉	200g
玉ねぎ	小1個
グリーンピース	大サジ4
トマトケチャップ	大サジ6
卵	4個
油	大サジ2
塩	小サジ1/2
こしょう	少々

【つくり方】

- ① 鶏肉は1cm角に切り、玉ねぎはみじん切りにする。冷凍のグリーンピースは解凍する。
- ② フライパンに油を熱し、玉ねぎをしんなりとするまで炒める。鶏肉を加え、色が変わるまで炒める。鶏肉に火が通ったらごはんを加え、木じゃくしてほぐしながらよく炒める。
- ③ グリーンピースを4粒残して加え、塩、こしょう、ケチャップで調味し、よく混ぜながら炒める。
- ④ 卵を1個ずつ溶きほぐしておく。フライパンを中火にかけ、油を薄くひき、卵を流し入れて全体に広げ、③のケチャップライスの1/4量を中央にのせ、フライ返しでおおうように、両端から卵をかぶせる。
- ⑤ 皿に返し、こいに見立てて形を整える。同様にして3つつくる。残したグリーンピースでこいの目を飾り、焼いた金ぐしでうろこの模様をつける。



「園児わくわく行事食」西田奈保子（芽ばえ社）参考