



3月3日はひな祭り



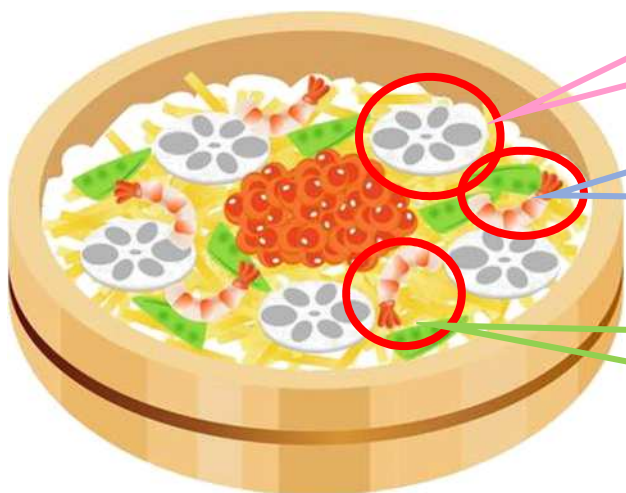
ひな祭りってどんな日？

ひな祭りは、“桃の節句”とも言われ、男女を関係なく厄払いの行事が行われていました。昔の子どもの遊びである「ひいな遊び」という人形を使ったおままごとにも由来するひな人形は、厄を身がわりとなってくれることから、**女の子の幸せと健やかな成長を願う日**となったそうです。



ひなまつりに食べる「ちらしずし」について

ちらしずしには、れんこんやえび、絹さや（豆）など色鮮やかな具材がたくさん使われていますね。これらの**具材1つ1つには縁起のいい意味が込められています**。そして、「寿司(すし)」という字には、「寿(ことぶき)に司(つかさどる)」という意味があり、縁起の良い食べ物です。



れんこん：「将来の見通しがいい」

豆：「健康でまめ(豆)に働き、まめ(豆)に生きる」

えび：「腰が曲がるまで長生きしますように」

令和4年6月作成

西宮市保健所・武庫川女子大学食物栄養科学部4回生