



# 季節のおたより



## あけましておめでとうございます

今年は、いつもより寒いような気がしますが皆さんお変わりありませんか？  
 今年もお正月におせち料理を提供したいと思っています。  
 おせち料理は、江戸時代に広まり一番大切なお正月に振舞われる料理を  
 「おせち料理」と呼ぶようになったそうです。少しおせち料理についてお話ししますね。



数の子～ニシンの卵である数の子は、卵の数が多いことから「子孫繁栄」を願う縁起ものです。



黒豆～邪気払いの意味と黒く日焼けするほどマメに勤勉で健康に暮らせるようにとの願いが込められています。



伊達巻～形が巻物に似ているため、知識が増えるようにとの願いが込められています。



昆布巻き～「こぶ」は「よろこぶ」に通ずるとして、縁起が良いとされています。



きんとん～豊かな1年を願う料理です。栗は昔から「勝ち栗」と呼ばれる縁起もの。「金団」と書くことから黄金にたとえて、金運を呼ぶ縁起物とされています。



うま煮～様々な食材を一緒に鍋で煮ることから「家族が仲良く一緒に結ばれ末永く繁栄するように」という願いが込められています。

紅白なます～大根や人参は土の中に根を張ることから家族の土台を築くことを願う料理とされています。

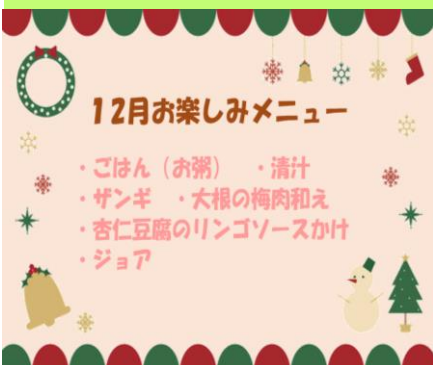
お楽しみメニューは調理の方が考えたものを提供しています。想いを聞きました。

12月に提供したメニュー  
冬至かぼちゃ



クリスマスメニュー

サンタクロースの飾りを添えました。



ザンギは久しぶりのメニューです。  
 さっぱり食べられるように隠し味がはいっています。  
 ぜひ食べてみてください！  
 それではみんなで頂きますをしましょう。  
 せーの、いただきます。

介護老人保健施設えんれい荘 栄養科 2026年 1月

