



いま、なぜ食育なんだろうシリーズ

⑦ 昔から伝わる行事食を知っているかな？

鏡開き

鏡もちとは？

鏡もちはお正月を迎えるときに家族の無事などを願って、神様にお供えするものです。大きさの違うおもちを2つ重ねたものが鏡もちです。鏡もちの上ののっているみかんに似た「橙」は木から落ちずに実がなるため、子孫繁栄の意味が込められています。



だいだい
橙

鏡開きとは？

1月11日に、お供えしてあった鏡もちを手や木づちで割る正月行事です。神様にお供えした鏡もちをさげ、雑煮やおしるこをつくり、食べることで1年間病気をしないといわれています。

武家社会では「切る」は「切腹」を連想させるため、鏡もちを開く時も、切るにつながる刃物は使わないのがしきたりでした。また、「割る」という言葉もおめでたい時には縁起が悪いので使いませんでした。そして、運を「開く」という意味をこめて『鏡開き』というようになりました。

