

お節料理に込められた 願いや意味

家庭で最も身近な「行事食」といえば、正月の「お節料理」。一つ一つに、古くから大切に祝われてきた意味があるのです。

特集1
和食の
こころ

節目に特別な料理をいただき
福を招いて災いを祓う

一年の始まりである正月は、もともと豊作と幸せをもたらす「歳神様」と呼ばれる神を、それぞれの家庭で迎え入れるために行われてきた年中行事です。

そのため、年末に大掃除をするのは、正月を迎えるために家を片付けてきれいにするというよりも、「歳神様をお迎えするために清める」という大切な意味がありました。正月を象徴する門松も、神が宿るのにふさわしい木として用意されたものです。

お節料理はもともと、神に供えたものをあとから家族で頂くものでした。新年に歳神様と食事をもにすることで、福を招き、災いを祓うと考えられていたのです。江戸時代には、お供えは飾るだけになり、一方で食べられる祝い肴が重箱に詰められるようになり、今のようなお節料理の形式につながります。

このように、お節料理の願いや意味について改めて考えてみると、日本の食文化の根底に流れている心のあり方を知ることができます。新年はぜひ、感謝の気持ちをともにしながら、お節料理を頂いてみましょう。

一の重（祝い肴・口取りなど）

紅白かまぼこ

祝いの行事を彩る紅白は、「紅」がめでたさや喜び、魔よけの意味。「白」は神聖であることの象徴。半円形は日の出を表します。

数の子

ニシンの卵。その名のとおり、卵をたっぷりつけるため、「子宝に恵まれること」や、「子孫繁栄」を願って食べられます。

田作り

豊作を願って食べられる田作りは「ごまめ」とも呼ばれます。昔は小魚を田んぼの肥料にしていたため、この呼び名になりました。



黒豆

「まめに（丈夫で健康に）暮らせるように」と、長寿を願って食べられます。ちなみに、黒は魔よけの色でもあります。

たたきごぼう

土の中のしっかり深いところまで根をはるごぼう。家族や家業がその土地に根づき、揺らがなことを願って食べられます。

きんとん

芋を黄金、栗を小判に見立てたきんとんは漢字で書くと「金団」。豊かな一年を過ごせるようにという願いが込められています。

二の重（酢のもの、焼きものなど）

こはだ栗づけ

コハダは成長とともに名前が変わる出世魚なので、縁起がよいといわれます。さらに黄色く染められた栗で「五穀豊穡」を願います。

えび

「腰が曲がるまで、元気で長生きできますように」という、長寿の願いが込められています。赤い色には、魔よけの意味があります。



焼き魚

出世魚のブリや、「めでたい」とかけて喜ばれるタイなどを焼いたもの。縁起のいい魚を頂き、新年を祝います。

なます

大根の白、にんじんの紅の色の取り合わせがおめでたい酢のもの。この紅白はお祝いに用いられる「水引」を表しています。

三の重（煮ものなど）

昆布巻き

昆布は「よろこぶ」につながる縁起のいい食材。ほかにも、「煮しめ」の結び昆布にも用いられ、お節料理には欠かせません。

くわい

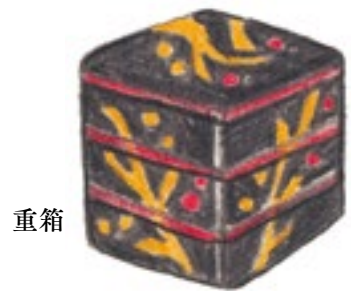
一つの根に子が増えることや、芽が出て上に伸びることから、「出世」と「繁栄」につながると考えられています。

正月にも使う祝い箸



正月やお祝いのときに使われる「祝い箸」。両端が細く、真ん中あたりが太くなっている丸箸で、「両口箸」ともいわれています。この箸を使って食事をすることは、一方の端は神様が使い、もう一方の端を人が使って、神様と食事をともにするという意味を持ちます。

また、祝い箸にはさらに「柳箸」という別名もありますが、それは材料に柳の木が使われているためです。お祝いのときに使われるため、割れたり折れたりしては縁起が悪いので、丈夫な柳が使われているのです。



れんこん

たくさん穴があいていることから、「見通しがいい」とされる縁起物。酢漬けにしたり、煮ものにしたりして加えられます。

八つ頭

親芋に子芋がつく形状が「子孫繁栄」を表していたり、「八」が末広がりであったりすることから縁起がいいとされています。



行事食でも日常でも 食卓を彩る器選び

家庭で和食を盛りつける際の器選びについて、
前出の後藤加寿子さんにお聞きしました。

協力／後藤加寿子 撮影／福田栄美子

▶ 白い磁気の角皿。白い大皿はどんな料理とも相性がよく、天ぷらや煮ものなどが映えます。一人前のカレーや麺類の皿にも使えます。

家庭でそろえる和食器は
通年で使えるものを

「和食の器」と聞くと、使うのが難しいと思っている人は多いかもしれません。和食器に詳しい料理研究家、後藤加寿子さんは、「そんな思い込みが和食の継承を妨げることになるのでは」と、疑問を投げかけます。

「伝統的な日本料理のお店では、四季折々の器で私たちの目を楽しませてくれます。でも、家庭でつくる和食のためには、そんなにたくさんをそろえることはできませんね。ですから季節感はある旬の食材や料理で楽しみ、器は脇役として考えるとよいでしょう」

お節料理の盛りつけについても、必ずしも重箱に詰める必要はないといえます。

「お節料理はお皿に盛ってもかまいません。冷蔵庫のある現代は重箱につくり置きせず、つくり立てをおいしく味わうほうが理にかなっているともいえるのです」

現代の暮らしに見合った和食器選びをしてみたいかがでしょう。

▶ 白い刷毛目が美しい、陶器の中鉢。浅めの鉢は中に入った料理がよく見えるので、煮ものやあえものなどを盛りつけるのにおすすめです。

▶ やや厚めで温かみがある陶器の中皿は、おひたしや冷奴など冷たい料理も似合います。やや深さがあるので、汁気もこぼれません。

▼ 磁器のサンマ皿。横長の角皿なので、漬けものや一人前ずつのオードブルなど、魚以外のものを盛り合わせても合います。

▲ 焼き締め陶器の中鉢は、一般的には冬っぽいと思われがちですが、夏は十分に水でぬらしてから使うと涼しげ。サラダや白あえなどに。

▲ 鮮やかな九谷焼の中皿は、釉薬の色数が少なくシンプルなので、和洋問わず使えます。焼き魚がとてよく似合う器です。

▲ 洋食器のモダンなフォルムを意識した陶器の小皿は、和風マリネなど、和洋折衷の料理によく合います。取り皿としても活躍。

◎ 和食器の選び方

1 積み重ねやすい

現代の台所事情は、収納が多いわけではないため、皿でも鉢でも、積み重ねて効率よく収納できるものをおすすめ。

2 色や柄が強すぎない

あくまでも器は料理の引き立て役と考えて。主張しすぎないものが使いやすい。

3 質感が異なる

磁器なら磁器で統一して使うのが洋食器の文化。和食でもそうがちですが、日本の食卓は磁器と陶器、さらには漆器まで、質感の異なる器を混ぜて並べてもいい。

器と箸にみる 「和食」の文化

日ごろ、当たり前すぎてなかなか気づきませんが、多種多様な器を使うのは「和食」ならではの特徴です。ご飯は茶碗に、みそ汁は漆器の椀に、焼き魚は平皿に、煮ものは鉢に。近隣諸国をみても、これほど器の種類が多い国はありません。

また、箸も日本の食文化を代表するものです。奈良時代以降に、さじを使う伝統が消えて箸だけを使うようになりまし。さじを使わない代わりに、熱い汁ものは椀を持って、直接口をつけてすすむ習慣ができたのです。そのため、椀や箸は家族それぞれが自分のものを所有する文化ができました。同様に箸を使う食文化を持つ国々でも、これは日本だけにみられる特徴です。

特集1

和食の
こころ