

節分

食べ物のいわれと安全のポイント

どうして豆をまくの!?



節分(2月3日)には、「鬼は外、福は内」と豆(いった大豆)をまいて、邪気を祓った後に、年齢の数だけ豆を食べて、1年間の幸せを祈ると言われています。

これは、米と同じエネルギー源で霊力を持つとされる豆をまくことで、病や災いを祓い、更にその豆を食べることで力をいただけると考えられたからです。

この考え方が中国の古い鬼追いの行事「追儺(ついな)」と合わさり、広まったとされています。

豆まきでは子どもの窒息・誤嚥に注意!

- 硬い豆やナッツ類は5歳以下の子どもには与えない
- 豆まきは個包装されたものを使用するなど工夫を
- 子どもが豆を拾って口に入れないように後片付けを徹底

恵方巻とは、節分の日食べる巻き寿司のこと。

恵方とは、その年の金運や幸福をつかさどる「歳徳神(としとくじん)」という神様がいらっしゃる方角で、年ごとに変わります。恵方巻はその年の恵方に向かって、黙々と食べるのが作法とされています。

「恵方を向いてさまざまなことをおこなうと、万事うまくいきやすい」という言い伝えがあります。

恵方巻って
どういうもの?



恵方巻を家庭で作る際の注意点

今年の恵方は
東北東のやや東

- ノロウイルス等につけないように、調理前は石けんで丁寧に手を洗い、直接食材を素手で触らないようにする
- 作ったら早めに食べる



大津市食育推進キャラクター

おぜんちゃん

厄除けや無病息災を願って、イワシを食べたり焼いたイワシの頭を飾ったりする地域もあるよ



大津市保健所衛生課

食の安全推進係

ホームページ、X(旧Twitter)は「大津市保健所衛生課」で検索!