

# ふれあい通信

第396号

発行

社会福祉法人


姫路市社会福祉協議会

姫路市安田三丁目1番地

姫路市総合福祉会館内

TEL 079-222-4212

FAX 079-222-4256

ひとくちメモ 

## ひな祭りについて

三月三日のひな祭りは女の子の節句です。もともと紙人形を作って海や川に流し、身の穢れ（けがれ）をおはらいしたのが始まりです。

節句とは、季節の節目（変わり目）に邪気を払う行事です。

ひな祭りは「女の子の厄」を受け継いだおひな様を飾り、邪気を払う食べ物を食べ、子供の健康と幸せを願う行事とな

ったそうです。色とりどりのひな人形やぼんぼりの灯りを見てみると、春ももうすぐそこまで来ているような気分になりますね。

## ひな祭りにまつわる食べ物

ひな祭りを祝う食べものとして、「ちらし寿司」が有名です。ちらし寿司は、見た目がとても華やかで、縁起のいい山海



の幸をたくさん使っている  
ことから、お祝いの意味を込  
めて、縁起のいい具を彩りよ  
くちらして作り、子供の成長  
を願うものとして、ひな祭り  
に食べるようになりました。

## ちらし寿司の具材と意味

ひな祭りには、ちらし寿司  
の具にも縁起の良いものを  
用います。腰が曲がるまで長  
生きできるよいうにという意  
味をこめた海老や、将来を見  
通せるといった意味のれん  
こん、根を張って安定するよ  
うにといったにんじん。その

他にも、季節感のある菜の花  
や、桃の花の色に似ている田  
附（でんぶ）などが用いられ  
ます。



ちらし寿司は一度にたくさ  
ん作ることができ、皆で食べ  
られ、祝いの場にもふさわし  
い食べものです。

ひな祭りには、食事バラ  
ンスの良いちらし寿司を食べ  
て、季節の変わり目を乗り越  
えていきましよう。

### 福祉総合 相談

専門ワーカーがさまざま  
な福祉問題をお聞きし、  
解決に向けてお手伝い  
をします。

### 介護サービス 相談

介護保険サービスを利用  
するための申請から、  
サービスを利用できるま  
でを全面的にお手伝い  
します。

ご相談は・・・

姫路市社会福祉協議会

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地  
姫路市総合福祉会館内

フリーダイヤル(受付時間:8:35~17:20)

**0120-208-606 (通話料無料)**

ケアプラン、ホームヘルパーのご相談・ご依頼は

姫路市社会福祉協議会

すこやか介護支援センター

〒670-0954 姫路市栗山町151-2

フリーダイヤル(受付時間:8:35~17:20)

**0120-108-999 (通話料無料)**