

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
生きできるよようにという意
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)