

じょう し

上巳の節句

ひな祭り（3月3日）

旧暦ではこの時期に咲き、邪気を払うとされた桃の花や人形を飾るほか、ごちそうを用意し、女の子の成長と幸せを願います。

ひな祭りの食べもの

はまぐりの潮汁、菱餅、白酒、ひなあられ、ちらし寿司



はまぐりの潮汁

この時期に採れるはまぐりは、対になっている貝がら同士でしか形がぴったりと合わないことから、女の子が将来いい相手と出会えますようにという願いを込めて食べられます。

菱餅

緑の餅は、厄を払うよもぎ入り。赤い餅は桃の花を表します。昔は白い餅に子孫繁栄の意味を持つ菱の実が使われました。地域により、色や形状に様々なバリエーションがみられます。

季節の食事を囲みながら、日本の四季を味わい行事食を楽しみましょう。

参考：農林水産省ウェブサイト、和食文化の保護・継承に向けた事業の紹介