

# 献立ひとくちメモ

1月14日(金)



鏡開きのお話です。

鏡開きとは、年末から飾っている鏡餅（神様が宿っていたお餅）を食べ、1年の無病息災を願う行事です。一般的には1月11日に行われることが多いですが、地域によって日付が異なります。

鏡餅は飾られている間に水分が飛んで固くなっているため、手や小槌で割って小さくしてからお雑煮やお汁粉など、お餅を煮て食べる家庭が多いです。

鏡餅は年神様が座る場所なので、年神様の魂が吹き込まれているとされています。「切る」や「割る」といった言葉は縁起が悪いので、末広がりの意味を持つ「開く」を使い「鏡開き」というようになりました。