

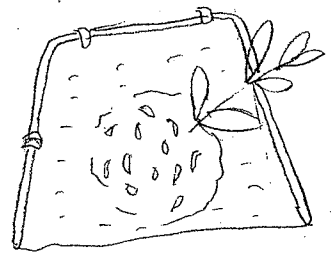
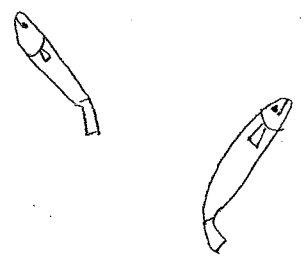
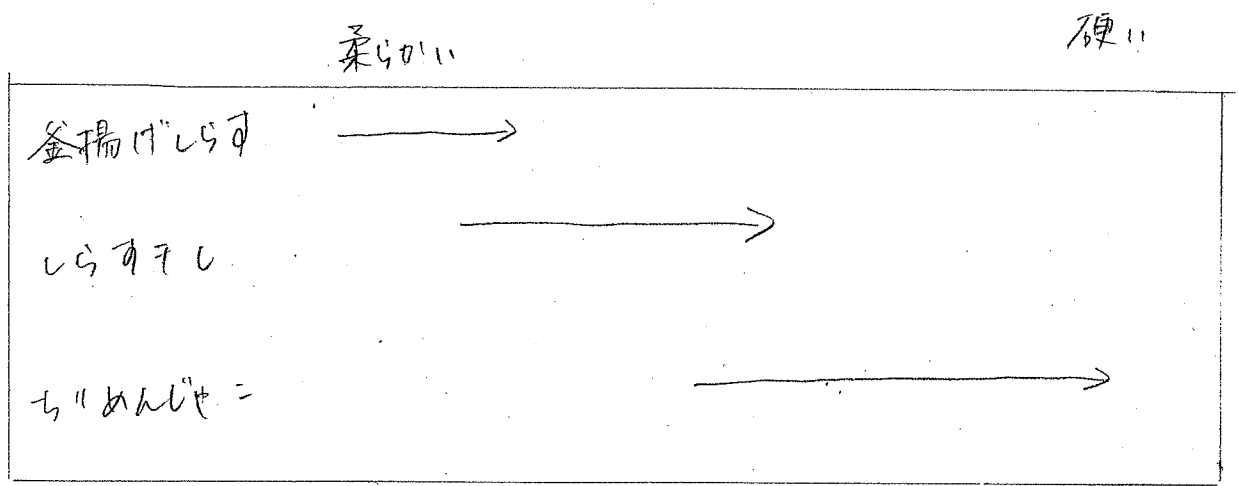
<厚生委員コーナー>

旬の食べ物 しらす

しらすは、いわし、あゆ、うなぎなどなどの透明で白っぽい体をした稚魚（魚の赤ちゃん）の総称です。とくにいわしの中間のカタクタイワシやマイワシの稚魚を、薄い塩水でゆでて干したものを「しらす干し」といいます。しらす干しの中でも、関西ではよく干されたものが好まれ、「ちりめんじゃこ」と呼ばれます。

関東では軟らかいものを「しらす干し」、硬いものを「ちりめんじゃこ」として、区別されています。また干しやすらわしは、水揚げされたときのFPO、とれた状態から、「とらめ」とも呼ばれています。

「ちりめんじゃこ」と「しらす」の違いは？

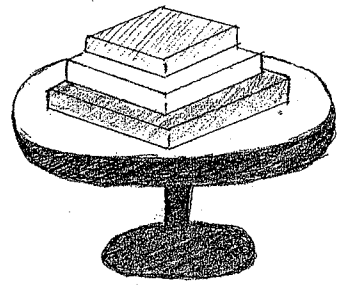


ひなまつり

～食べ物豆知識～

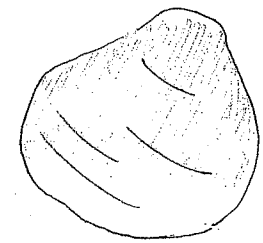
<ひしもち>

赤・白・緑の三色のおもちを重ねて作られます。赤には魔除け、白には清らかさや長寿、緑には健康と厄除けの願いが込められているといわれます。



<はまぐり>

はまぐりの2枚の貝がらは、同じ貝同士としかひびき合いません。そこから、「よい相手と出会い、幸せに暮らせますように」という願いが込められています。



<白酒>

蒸したもち米とみりんなどを仕込んだお酒で子とちは飲めません。もともと、桃の花を浮かべたお酒で長寿を願ったのがはじまりとされています。甘酒にはアルコールのないものがあります。

