

サンワチャンネル

令和7年3月号



3月3日のひなまつりには、ひな人形を飾ってお子さんの健やかな成長と幸せを願ってお祝いするご家庭も多いのではないかでしょうか。今回は、ひなまつりの由来やひなまつりの定番の食べ物に込められた願いについてご紹介します。

ひなまつりの由来

古代中国の「上巳節」という川で身を清め邪気をはらって、宴を行っていたものが起源とされています。日本に伝わると人形に穢れを移して水に流す「人形（ひとがた）流し」「流しひな」という形になりました。さらには、平安時代の貴族の子どもたちが行っていた人形を用いたおままごと「ひいな遊び」と組み合わさり、次第に今のような形になっていったとされています。

現代のようにひな人形を飾ってお祝いするようになったのは江戸時代ごろからだそうです。

節句豆知識

「桃の節句」は、元々季節の節目を表す五節句のひとつである「上巳（じょうし）の節句」と呼ばれていましたが、旧暦の3月3日のころは、桃の花が咲く時期であることから一般的に「桃の節句」と呼ばれるようになりました。

ちなみに、五節句にはそれぞれ植物が割り当てられていて、1月7日の「人日（じんじつ）の節句」は七草、3月3日の「上巳（じょうし）の節句」は桃、5月5日の「端午の節句」は菖蒲、7月7日の「七夕の節句」は笹、9月9日の「重陽の節句」は菊です。

ひな祭りならではの食べ物とその由来



・ひし餅

ひし餅は、赤・白・緑の3色の菱形のお餅が重なったもの。それぞれの色には諸説ありますが、

赤：桃の花、魔よけ 白：雪、清浄 緑：植物の芽吹き、健康 という意味があります。

雪の中から木々が芽吹き、桃の花が咲く、という春の訪れの時期にぴったりのお菓子ですね。



・ひなあられ

元々は、ひし餅を碎いて炒ったのが由来という説があります。関東ではお砂糖で甘く、関西では、

塩や醤油でしょっぱくしたものが定番となっています。



ひな祭りのお祝いの席で、食べ物の由来や込められた願いについて話ができるとお祝いの気持ちもより高まりそうですね。