

# 年末年始お買物チェックリスト

お買い忘れはありませんか？  
年神様を味方にして、新年の運氣アップ！

## おせち料理の準備をしましょう。

<input type="checkbox"/> 黒豆・お多福豆	<b>栗きんとん用</b>	<b>煮しめ用</b>	<b>お雑煮用</b>
<input type="checkbox"/> 田作り(ごまめ)	<input type="checkbox"/> 栗甘露煮	<input type="checkbox"/> くわい <input type="checkbox"/> 里芋	<input type="checkbox"/> 餅 <input type="checkbox"/> 三つ葉・小松菜
<input type="checkbox"/> 紅白かまぼこ	<input type="checkbox"/> さつまいも	<input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> ごぼう	<input type="checkbox"/> 雑煮大根 <input type="checkbox"/> 鶏肉
<input type="checkbox"/> 伊達巻	<input type="checkbox"/> くちなしの実	<input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> きぬさや	<input type="checkbox"/> にんじん
<input type="checkbox"/> えび	<b>たたきごぼう用</b>	<input type="checkbox"/> 干しいたけ	<b>だし・調味料</b>
<input type="checkbox"/> 鯛	<input type="checkbox"/> ごぼう	<input type="checkbox"/> 高野豆腐	<input type="checkbox"/> 醤油 <input type="checkbox"/> ソース
<input type="checkbox"/> いくら・すじこ	<input type="checkbox"/> すりごま		<input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> だし昆布
<input type="checkbox"/> 数の子			<input type="checkbox"/> だしの素
<b>昆布巻用</b>	<b>紅白なます用</b>	<b>魚介・焼物用</b>	<input type="checkbox"/> かつお節(カツオパック)
<input type="checkbox"/> 昆布	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> 棒だら <input type="checkbox"/> 酢だこ	<input type="checkbox"/> 刺身醤油
<input type="checkbox"/> かんぴょう	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> ぶり・はまち	<input type="checkbox"/> 上白糖・三温糖
<input type="checkbox"/> にしん・甘塩さけ	<input type="checkbox"/> ゆず	<b>お屠蘇(とそ)用</b>	<input type="checkbox"/> みそ(赤・白)
		<input type="checkbox"/> 屠蘇器 <input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> わさび・からし・七味
		<input type="checkbox"/> 屠蘇散 <input type="checkbox"/> 本みりん	

## 年越しと正月の準備をしましょう。

<b>年越しそば</b>	<b>年賀状を書く</b>	<b>新年の来客などに</b>	<b>正月飾り付け</b>
<input type="checkbox"/> そば	<input type="checkbox"/> 年賀はがき	<input type="checkbox"/> ポチ袋	<input type="checkbox"/> 門松
<input type="checkbox"/> つゆ	<input type="checkbox"/> 筆ペン・サインペン	<input type="checkbox"/> お年賀ギフト	<input type="checkbox"/> しめ縄
<input type="checkbox"/> 天ぷら	<input type="checkbox"/> プリンター用インク	<input type="checkbox"/> スリッパ	<input type="checkbox"/> 鏡餅
<input type="checkbox"/> にしん	<input type="checkbox"/> プリント用紙	<input type="checkbox"/> 食器	<input type="checkbox"/> 串柿・だいたい・葉付みかん
<input type="checkbox"/> 葉味ねぎ	<input type="checkbox"/> スタンプ・シール	<input type="checkbox"/> 盆・トレー	<input type="checkbox"/> ゆずり葉・うらじろ
<input type="checkbox"/> 七味とうがらし		<input type="checkbox"/> 来客用寝具	<input type="checkbox"/> 三宝
<input type="checkbox"/> なたと・伊達巻		<input type="checkbox"/> 歯ブラシ	<input type="checkbox"/> 祝い鯛
<input type="checkbox"/> 油揚げ		<input type="checkbox"/> 祝い箸・お箸	

## すず払いをして気持ちよく新年を迎えましょう。

<b>キッチン</b>	<b>リビング</b>	<b>バス・トイレ</b>	<b>新年にちなんで</b>
<input type="checkbox"/> 台所洗剤	<input type="checkbox"/> ガラスクリーナー	<input type="checkbox"/> バス用洗剤・スポンジ	<input type="checkbox"/> 肌着
<input type="checkbox"/> 漂白剤	<input type="checkbox"/> 網戸ワイパー	<input type="checkbox"/> カビ取り剤	<input type="checkbox"/> タオル・ボディータオル
<input type="checkbox"/> 台所クリーナー	<input type="checkbox"/> 粘着カーペットクリーナー	<input type="checkbox"/> パイプ洗浄剤	<input type="checkbox"/> ハミガキ・歯ブラシ
<input type="checkbox"/> レンジパネル	<input type="checkbox"/> フローリングワイパー	<input type="checkbox"/> トイレ用洗剤・ブラシ	<input type="checkbox"/> LED電球・蛍光灯 <input type="checkbox"/> 乾電池
<input type="checkbox"/> ガスコンロカバー	<input type="checkbox"/> 襖紙・障子紙	<input type="checkbox"/> トイレ掃除シート	<input type="checkbox"/> カレンダー・手帳
<input type="checkbox"/> 換気扇カバー	<input type="checkbox"/> 消臭剤	<input type="checkbox"/> バスマット	<b>分別してスッキリ</b>
<input type="checkbox"/> キッチンマット		<input type="checkbox"/> トイレマット・カバー	<input type="checkbox"/> ゴミ袋

# 知って幸運をよぶ！ ベイシア年末年始 お買物リスト



年神様は正月神とも呼ばれ、元旦に高い山から  
各家庭に降りて来るといわれています。

新しい年を幸せに暮らせるよう、  
お正月は年神様をお迎えしてお祝いする行事なのです。

Beisia

# お正月カレンダー

平成 29 年 12 月

13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)

正月事始め

すす払いをする<大掃除>



12月13日(水)~  
江戸城で12月13日から大掃除を行った事に由来しています。

正月飾り付け

おせち料理の準備

大晦日・年越しそば

元日・初詣

書初め

三日とろろを食べる

1月3日にとろろご飯を食べると、1年中風邪をひかないと言われています。

七草粥を食べる



鏡開きをする



小正月、どんど焼き

年神様に供えた餅をお下がりとして子供たちに食べさせ、「御歳魂(おとしだま)」と呼ばれた。

1月2日、仕事始めのしきたりで、文字を書いたりや絵を描いたりします。

年賀状「年始回り」の習慣が書状として普及。

細く長く健康長寿を祈願。1年を感謝する意味もあります。

その年の恵方の神社をお参りします。

1年間の無病息災を願ひ、1月7日に春の七草を使った粥を食べます。

年神様に供えた鏡餅を食べる風習。割るという言葉を嫌って、開くと言います。

おせち<壺の重>

黒豆

黒は健康を表し、「まめ」に暮らせるという意味合いを込めて。

たたきごぼう

しっかり根を張り暮らす、幸せ祈願。

田作り

豊作、子孫繁栄の意味が込められている。

紅白かまぼこ

紅は慶び、白は神聖。紅白共に食べて縁起良く。

伊達巻

巻物を意味し、知識が豊かになるよう祈願。

えび

腰が曲がるまで生きる長寿の願い。

栗きんとん

商売繁盛・金運・財運をもたらす願いを込めた福食。

昆布巻

「よろこぶ」不老長寿祈願。

おせち<式の重>

おせち<参の重>

煮しめ

山の幸を中心に、家族円満を祈願。

おとそ

一年中の邪気を除き、無病息災を願います。

お正月をよく知る  
"いわれ・うんちく雑学"

年神様にお供える料理がおせちで、1年の幸せを願ひいただきます。

酢だこ

「多幸」多くの幸せが訪れますように。

紅白なます

お祝いの象徴で、平和を祈願します。

鯛

「めでたい」祝い魚。

数の子

にしんのように子宝に恵まれるよう祈願。

## 手作りおせちカレンダー

おせちは料理に時間が必要、計画をしっかり立てましょう。

	12/28	12/29	12/30	12/31
黒豆	水を加えてひとぱん漬ける	→ 作る	→	盛りつけ
数の子		塩抜き	→ 作る	→ 盛りつけ
昆布巻き		作る	→	盛りつけ
煮しめ	干し椎茸を戻す	→ 作る	→	盛りつけ
田作り			作る	→ 盛りつけ
紅白なます			作る	→ 盛りつけ
きんとん			作る	→ 盛りつけ
伊達巻				作る → 盛りつけ

## 年神様をお迎えする準備<正月飾り>



門松

年神様が降りてくる目印。



しめ縄

年神様をお迎えする神聖な場所である証として飾ります。



鏡餅

円形餅は年神様が腰掛ける椅子で、神聖な食べ物です。



お雑煮

年神様に供えた餅のご利益を頂戴します。