

# お食い初めの準備

## ●お祝いの日を予約

赤ちゃんの乳歯が生えはじめる、**生後 100 日目頃**に行うのが一般的ですが、ぴったりその日でなくてもかまいません。赤ちゃんの健康状態をみて7日前までに予約します。

当日は、両方の祖父母を招いてお祝いをしますので、家族の都合が合う日にしましょう。もし都合が合わないようであれば、記念写真を撮って、送ってあげると喜ばれるでしょう。

## ●用意するもの（全てプランに付いています）

### ①お食い初めの料理

一汁三菜：赤飯(飯椀)、お吸い物(汁椀)、焼鯛（大皿）、煮物(煮物椀)、酢の物（つぼ椀）

### ②お食い初めの食器

お椀は漆器で、男の子用は全部が朱塗り、女の子用は外側が黒塗りで内側が朱塗りのもの

### ③祝い箸

両端が細くなっている**両口箸(りょうくちばし)**は、片方は人が食べるために、もう片方は神様が食べるために使うもので、祝い膳は、神様と食事を共にし、神様への感謝のお供え物という意味もあります。（祝い箸はお持ち帰りできます）

### ④歯固め（はがため）の石

お宮参りの際に神社から授かった（拾った）石がある場合は、洗って煮沸消毒したものをお持ちください。儀式を終えたあと、神社の境内へ感謝の気持ちを込めてお返ししましょう。

※プランについている歯固めの石・食器は、お持ち帰りできません。

# お食い初めの儀式

## ● 食べさせ役は年長者に

赤ちゃんに食べさせる真似をする役は、「養い親」が行います。「養い親」は、長寿にあやかるという意味から**身内で最年長の人**が行うことになっていますが、最近では祖父母に頼むことがほとんどのようです。**男の子なら男性が、女の子なら女性が「養い親」となり**、自分の膝の上に赤ちゃんを乗せて食べさせる真似をします。両親だけの場合は父親が行います。

(お祝い膳が配膳されたら、**写真やビデオ撮影**の準備をしましょう！)

## ● お食い初めの順番

次の順番で、祝箸を口もとに近づけて**食べさせる真似**をします。

「歯固めの儀式」は、石にお箸を軽く、ちょんちょんとあててから**「石のように丈夫な歯が生えますように」という願いをこめて**そのお箸を赤ちゃんの歯ぐきにやさしく、ちょんちょんとあててあげましょう。

**赤飯→吸物→赤飯→ 焼 鯛 →**

**赤飯→吸物→赤飯→ 煮 物 →**

**赤飯→吸物→赤飯→ 酢 物 →**

**赤飯→吸物→赤飯→歯固めの石→**

**赤飯→吸物→赤飯**

おめでとうございます！これでお食い初めの儀式は完了です。

大人の伊勢海老料理が配膳されたら、**記念に家族写真**を撮りましょう。

(撮影はスタッフがお手伝いしますのでお声掛けください)