

# お食い初め儀式の手順

## 1. 以下を3セット繰り返します

- お赤飯 → 汁物
- お赤飯 → 魚料理
- お赤飯 → 汁物
- お赤飯 → 煮物
- お赤飯 → 汁物
- お赤飯 → 香の物

## 2. 歯固めの儀式を行います

歯固めの儀式は、強い歯を作って長寿を願う為のものです。箸の先を、軽く歯固めの石につけて、赤ちゃんの歯茎にそっと触れさせます。この時、「丈夫で石のように固い歯が生えますように」と願います。



お食い初め食器セット  
(深志神社からの授与品)



お食い初め料理 (サンプル)