



2月の給食だより

2月2日発行 こどものいえ保育園

栄養士 工藤 礼喜子

2月3日は節分ですね。季節が始まる前の日を「節分」と呼び、「季節の分かれめ」という意味を持ちます。立春（2月4日ごろ）、立夏（5月6日ごろ）、立秋（8月8日ごろ）、立冬（11月8日ごろ）の前日を指し1年に4回ありましたが、室町時代になると次第に立春の前日のみをいうようになったそうです。今年も1年の健康を願って、子供たちが喜び給食を提供していきたいと思います。



豆まき・恵方巻だけじゃない☆節分の食べ物と風習

豆まき・福茶

大豆を炒って福豆にします。豆には霊力が宿るとされ、豆を魔ものの目（魔目：まめ）に投げつけると魔を滅する（魔滅：まめ）ことが出来ると考え、豆まきをするようになりました。豆まきが終わったらその福豆を自分の年の数だけ食べます。※硬くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類は窒息や誤嚥の可能性があるので5歳以下の子供には食べさせないようにしましょう。

福豆が食べきれない時はお茶にしてご利益をいただく場合もあるとか。福豆3粒、梅干し、塩昆布にお湯を注いで飲むそうです。



恵方巻

福を巻き込んだ寿司1本を恵方（その年の縁起が良い方角、年神様がいます方角）を向いて願い事をしながら無言で丸かぶりします。関西発祥の比較的新しい風習です。



鬼の苦手なもの…焼いた鰯がし（やいかがし）、柊鰯（ひいらぎいわし）

鬼は鰯の匂いと、柊のとげが大の苦手とされるので、柊に焼いた鰯の頭を刺したものを玄関先につけておきます。鰯は「魚へんに弱い」と書きますが、鰯のように弱いものでも頑張れば鬼もやっつけられるのです。「木へんに冬」と書く柊は寒気を払う意味もあります。



1月行事おやつ

1月の行事おやつはおみくじクッキーでした。ハートや星柄のクッキーの裏に今年の運勢を書きました。まだひらがなが読めないすみれさんも分かるように、◎や花丸マークにして楽しめるようにしてみました♪次回の行事おやつもお楽しみに♪(*^_^*)



☆クッキングがあります☆

2月20日（金）にばら・ひまわり・さくら組さんとクッキングを予定しています。

- ・持ち物…エプロン、三角巾、マスク
- ・爪を短く切ってくることも忘れずに！よろしくお願いします♪

