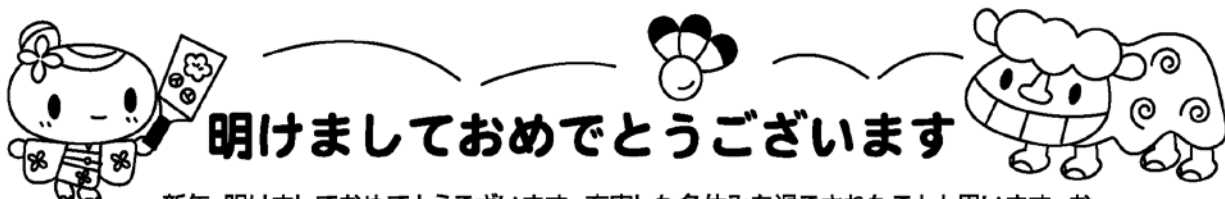


こどもの食事だより

年末・年始のお休みは、みなさんどうお過ごしだったでしょうか。今年度も残すところあと3か月です。進級・卒園に向けて、1つずつお兄さん・お姉さんになるみんなの食べられるものや好きなものが増えるように調理法・旬の食材・行事食など幅を広げていきたいと思ひます。

寒さに負けず元気に体も食事も気をつけましよう。



新年、明けましておめでとうございます。充実した冬休みを過ごされたことと思ひます。おうちでは、家族でたくさんコミュニケーションがとれたでしょうか。園ではみんながおもちのような粘りのある、強い精神力をもった子どもになってほしいと考えています。保護者のみなさんから「去年よりも一段と成長した」と実感してもらえるように、よりいっそう努力してまいります。今年も、ご家庭のご協力とご理解を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

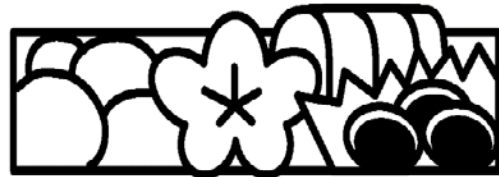


鏡もちの
いわれ

鏡もちの飾りにはそれぞれ
それぞれ意味があります。

- 裏白／「長寿と夫婦円満」
- コンブ／「喜ぶ」
- ダイダイ(ミカン)／「代々栄える」
- くしがき／「幸運を取り込む」
- ユズリハ／「家系が絶えずに続く」

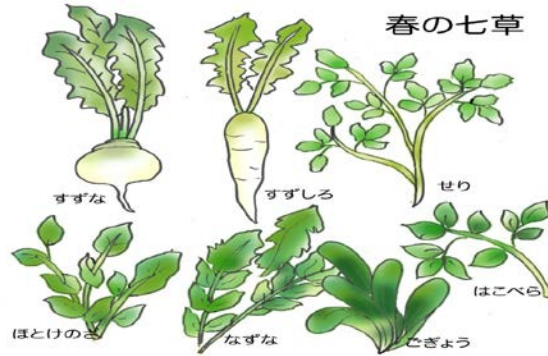
※関西のある地方では「先祖代々(ダイダイ)、ニコニコと仲睦まじく(串ガキが両端に2つ、少し間をおいて中に6つ付いている)、よろ“こぶ”(コンブ)ことが、“重なり”ますように(モチを重ねる)」と言って、飾るそうです。



おせち料理の意味

- 黒豆／「毎日を“マメ”で元気に過ごす」
- 田作り／「豊作を祈る」
- 昆布巻き／「毎日の健康をよろ“こぶ”」
- レンコン／「先々の見通しが利くように」
- などなど。

七草の起源？



「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ これぞ七草」とうたわれる「春の七草」。正月に七草がゆを食べるこの風習、七つの穀類・豆類をかゆ【粥】にしてお供えものにしていたのが元来の形らしい。食欲とは無縁にみえる「秋の七草」も、おつきみとお月見のお供え物とセットにして考えれば、古い時代の人たちの食生活が見えてくるかもしれませんね…。

☆由来☆

- 一年の無病息災を祈るため
- お正月の食事で疲れた胃を休めるため

あえて粥にして食べるのは、お正月料理で胃がつかれていることを考えて、消化しやすく・胃に負担をかけない調理法だからなんです。

七草粥を食べると一年中、元気でいられると昔の人は信じていました。

また、15日の「小正月」にも、おかゆをいただきます。このおかゆには、アズキを入れる地方が多いとされていて、「アズキがゆ」とも言われています。ぜんざいやおしるこのところもあるようです。

保育園では、7日に“七草粥”・15日に“あん団子”を食べます。

