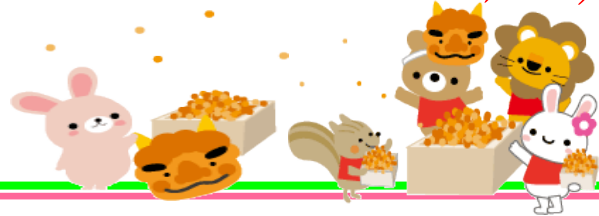


たのしいきゅうしょく



まるに保育所
2015年 2月号
No. 47

1月もあっという間にすぎ、節分の時期がきました。今年の恵方は「西南西のやや西」です。泣き虫鬼、怒りんぼう鬼、ぐうたら鬼など体から悪い鬼を追い出して無病息災をお祈りしましょう。1月2月3月と時が慌ただしく過ぎていく時間を一つ一つ向き合ってじっくり過ごしたいですね。インフルエンザやノロウイルスに負けないようしっかり栄養、睡眠、運動を心がけ

☆節分の豆知識☆



恵方巻きの食べ方って？

恵方巻きの食べ方はその年の恵方に向かって切らずに無言でお祈りしながら少しずつ食べる。切らないのは「縁を切らないように」ということだそう。

豆をまく人は？

豆まきは一般に、大豆を炒って升に入れ神棚に供え、年男、年女、厄年の人、または一家の長がまいている家が多いようです。

いわしとひいらぎは鬼が苦手？

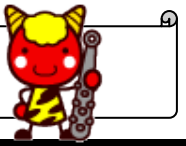
昔から節分の夜に出没すると考えられた鬼ですが、ひいらぎの葉が鬼の目を刺すという事で、ひいらぎのある家には鬼が来ないと言われていました。またいわしの頭の異臭が鬼を近づけないとも考えられていました。これらは現代でもひいらぎの小枝にいわしの頭を焼いて刺す「やいかがし」の習慣として残っています。

豆を食べる？

豆まきをした後年の数より1つ多く豆を食べるとおまじないで無病息災の意味があり



よていこんだて



2・月	白菜ののりあえ・筑前煮・豆腐のみそ汁	ピーチケーキ
3・火	☆☆☆節分ランチ☆☆☆	お菓子
4・水	ミートローフ・キャベツのごまマヨネーズ和え・シチュー	お好み焼き
5・木	魚の煮付け・干草煮・けんちん汁	みたらし団子
6・金	豆腐のおとし揚げ・春雨と炒り卵のサラダ・みそ汁	フルーツポンチ
7・土	親子丼・きゅうりの昆布あえ・すまし汁	
9・月	ちくわ磯辺揚げ・ほうれん草ともやしのごまあえ・みそ汁	ボンデリング
10・火	あんかけ焼きそば・キャベツの中華サラダ	ホットケーキ
12・木	魚の西京焼き・大豆の五目煮・キャベツのみそ汁	どら焼き
13・金	野菜たっぷりすきやき・大根とツナの和え物・すまし汁	お菓子
14・土	豚のブルコギ丼・わかめ卵スープ	
16・月	肉じゃが・ほうれん草とじゃこのお浸し・みそ汁	ツナマヨパン
17・火	磯うどん・フロッコリーのおかか和え・目玉焼き	お菓子
18・水	☆☆☆2月生まれのお友達のお誕生日会☆☆☆	誕生日ケーキ
19・木	ひじきとちくわの煮物・魚のから揚げ・みそ汁	焼きおにぎり
20・金	ぎせい豆腐・きんぴらごぼう・かまぼこのすまし汁	かりんとう
21・土	☆☆☆参観日☆☆☆ぐるぐるパン作り	
23・月	大根と豚肉の煮物・ほうれん草のごま和え・みそ汁	オニオンケーキ
24・火	☆☆☆クッキング☆☆☆	いちご大福
25・水	☆☆☆おかず入りべんとう☆☆☆	お菓子
26・木	塩焼き・根菜と豚肉の煮物・そうめん汁	さくら餅
27・金	チリコンカーン・ひやむぎサラダ・ふとわかめのすまし汁	チーズ春巻き
28・土	ハヤシライス・マカロニサラダ	

益田市保育研究会では、昨年度より学校給食と連携して保育所から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みをしています。

その取り組みのひとつとしての保小中連携献立です。第4回目の連携献立は『野菜たっぷりすきやき』です。共通のメニューには積極的に地元食材を取り入れようということで、献立名の通り、春菊をはじめ、益田産の野菜がたくさん入っています。学校給食では2月6日に、保育所では2月13日に登場します。