

# 2月給食だより



※都合により献立が変わることがあります。

H29.2月 社会福祉法人まるに保育所

	月	火	水	木	金	土
昼食	20日(月)はお弁当の日です。 おかず入り弁当をお願いします。 24日(金)は御齋をいただきますので ご飯はいりません。		1 かき揚げうどん 季節の酢の物 季節の果実	2 根菜ごま味噌煮 青菜の磯香和え 寄せ鍋風汁	3 節分会 魚料理 白和え・つみれ汁 手巻き恵方巻	4 立春 参観日 日本一周の旅番外編♪ 京都・衣笠井 立春大吉豆腐すまし汁
午後のおやつ			ゆかりむすび・お茶	お団子・お茶	福豆・牛乳	のりむすび・お茶
昼食	6 益田野菜たっぷりすきやき ゆかり和え 青菜の味噌汁	7 魚料理 温野菜 油揚げの味噌汁	8 お誕生会 お誕生会バイキング	9 切り干しと豚肉の薄煮 ほうれん草きな粉和え 納豆汁	10 魚料理 五色煮なます すまし汁	11 祝日・おやすみ 建国記念の日
午後のおやつ	焼きじゃが・お茶	季節の果物・牛乳	お誕生日ケーキ・お茶	甘おこわ・お茶	蒸かし芋・牛乳	
昼食	13 レバーからめ煮 納豆和え 大根の味噌汁	14 魚料理 ブロッコリーちりめんがけ ★里芋の味噌汁	15 きつねうどん 高菜の炒め煮 季節の果物	16 根菜ごま味噌煮 青菜磯香和え 寄せ鍋風汁	17 魚料理 白和え 田舎汁	18 米粉シチュー すまし汁
午後のおやつ	茶むすび・お茶	麩ラスク・牛乳	ゆかりむすび・お茶	お団子・お茶	きなこむすび・牛乳	季節の果物・お茶
昼食	20 愛情弁当の日♪ おかず入り お弁当をお願いします。	21 魚料理 温野菜 油揚げの味噌汁	22 クッキング	23 切干と豚肉の薄煮 ほうれん草きな粉和え 納豆汁	24 御忌(ぎよき) 妙雲寺より 「御齋(おとぎ)」を いただきます。	25 三色丼 厚揚げの味噌汁
午後のおやつ	あたりめ・いりこ・お茶	季節の果物・牛乳		おせんべい・お茶	蒸かし芋・牛乳	一口寿司・お茶
昼食	27 レバーのからめ煮 納豆和え 大根の味噌汁	28 魚料理 ブロッコリーちりめんがけ ★里芋の味噌汁	ぱらぐみさんは、4月には小学一年生♪ 小学校入学に向けてお昼寝がなくなります。その時間を利用しておやつづくりの お手伝いなどもしてもらおうと思います。 この間は、おむすび作りを手伝ってくれました。			
午後のおやつ	茶むすび・お茶	麩ラスク・牛乳				

節分を迎え、暦の上では春となっても、まだまだ寒い日が続いています。

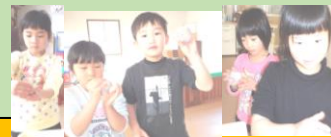
24日は妙雲寺で御忌(ぎよき)が執り行われます。  
妙雲寺より園児たちへ御忌の  
御齋(おとぎ)をいただきます。



※御忌ってなあに？ 御忌について詳しくは園長先生に聞いてみてくださいね。

結婚式やお祭りだけではなく、仏事もハレの日なんですよ。慶弔はハレの日。非日常的な行事ごとがハレの日。昔は、非日常の「ハレ」の日は、その行事を主催する家は、それはそれは丁寧に来客を接待しなければならなかったそうです。だから御齋(おとぎ)は、その家ができる限りのことをしてきたんです。日本が貧しかった時代、仏事の御齋(おとぎ)は御馳走でした。時代が変わって日本が豊かになったいまだからこそ、保育所では、行事食など通して食べて感じて育ってほしいと願っています。今でも「ハレ」と「ケ」の感覚は、少なからずその言葉は知らなくても残っています。24日には「ハレの食」である御齋(おとぎ)をみんなで感謝していただき味わいたいと思います。

2月の保小中連携献立は  
6日の『益田野菜たっぷりすきやき』です。  
★『里芋の味噌汁』は2月の益田市保育園連携味噌汁です。



## 『ハレの日ケの日』 古来より日本人は普段通りの日常を「ケ」の日、祭礼や年中行事などを行う日を「ハレ」の日と呼び、日常と非日常を使い分けていました。

「ハレ(晴れ)の日」というのは結婚式やお祭りなどの非日常的特別な行事がある日のことをさします。お節料理、お赤飯、鯛のお頭付きなどの料理に代表されるのが「ハレの日」の特別な食事です。いっぽうで「ケ(曇)の日」というのはハレの日以外、つまり普通の日のことをさします。「ハレの日」は特別な日で「晴れの舞台」「晴れ着」などに言葉として残っているように、それはごく僅かな日しかなく、一年の大半は「ケの日」で昔の日本では『ハレの日ケの日』の境界は、非常に明確だったといえます。それが近代化・現代化が進むにつれ日本が豊かになってきたことと共にこの境界線が曖昧になり、いまではこのことを意識して生きている日本人は、少なくなってきたと思います。

私たち現代人はハレの日とケの日の区別なんて全然ないに等しいですね。外食に出かけることも、食後のデザートをいただくことも本来はハレの日のイベント。ショッピングして本や好きなものを買って帰ることもハレの日のこと。イベントに参加することもハレの日のこと。どれもこれも楽しいことですよ。

そう考えていくと、私たちのいまの生活は、ほぼ毎日のように楽しい「ハレの日」が続いていて「ケの日」の比率がとても低くなっていることに気づきます。極端な言い方をすると「毎日がお祭りや晴れ舞台！」みたいな生活になってしまっています。

何も無い1日。朝起きて、家族と一緒に食卓を囲み三食しっかり食べ、しっかり仕事をして、読書もしたりして、ゆっくりゆったり家族と語り、そしてしっかり眠る。

そんな「ケの日」が今の現代人のライフスタイルには足りていない。こんな便利になってきた世の中だからこそハレの日ケの日を意識して、小さな時から日本人としての感覚、心をしっかりととらえ感じてほしい。時代が変わって日本が豊かになったいまだからこそ、こんな世の中だからこそ保育所では子ども達には行事食など通して食べて感じて育ってほしいと願っています。