



発行日 平成30年 2月 1日 下田部保育園

2月4日は「立春」です。暦の上では「春」ですが、これからが1番寒い時期となり、春の訪れを感じる事が出来るのは、もう少し先になりそうですね。暖かくて過ごしやすい春が待ち遠しいです。まだまだ寒さが続くということで、この先も体調管理等に気をつけていかなければなりません。元気に「春」を迎えるためにも、外から帰ったあとは、うがい・手洗いを忘れずに行いましょう!!! 習慣化することで、ウイルスや細菌の侵入を未然に防ぐことができますね。



☆節分(2月3日)☆



「節分」は季節の分かれ目の意味で、元々は「立春」「立夏」「立秋」「立冬」のそれぞれの前日をさしていました。「節分」が特に「立春」の前日をさすようになった由来は、冬から春になる時期を一年の境とし、現在の大晦日と同じように考えられていたため…とされています。

「豆まき」

立春の節分に豆をまく「豆まき」の行事は「追儼（ついな）」と呼ばれ、中国から伝わった風習です。

「追儼（ついな）」の行事は、俗に「鬼やらい」「鬼走り」「厄払い」「厄おとし」と呼ばれ、疫病などをもたらす悪い鬼を追い払う儀式で、文武天皇の時代に宮中で初めて行われたとされています。

「恵方巻き」

「恵方巻き」の「恵方」は、陰陽道でその年の干支によって定められた最も良いとされる方角のことで、その方向に「歳徳神（としとくじん）」がいるとされています。

その方向に向かって巻き寿司を食べることから、「恵方巻き」や「恵方寿司」と呼ばれるようになりました。

「恵方巻き」は目を閉じて願い事を思い浮かべながら、恵方に向かって無言で一本丸ごとの海苔巻き寿司を丸かぶりします。巻き寿司を切らずに一本丸ごと食べるのは「縁を切らない」という意味が込められており、七福神にちなんで、「かんぴょう」「きゅうり」「伊達巻」「うなぎ」などの七種類の具材が入られ、「福を巻き込む」という願いも込められています。

「恵方巻き」の起源は諸説ありますが、江戸時代末期、大坂の船場で商売繁盛の祈願をする風習として始まったものと言われています。

2018年（平成30年）の恵方は
南南東 です。

2月

こんだて表

| | | | | |
|----|---|----------|------------|---|
| 26 | 鯖の生姜煮 納豆 ひじきのごま酢和え みぞ汁 ごはん | 5 19 | 5 | 鮭の醤油マヨ焼き ささみときゅうりの和風ドレ和え みぞ汁 ごはん |
| 13 | とんこつラーメン 白菜とホタテの酢の物 | 6 | 6 | ポークカレーライス ポイルサラダ 野菜ジュース |
| 27 | みかん 十三穀米 | 20 | 20 | |
| 14 | タンディーチキン マカロニサラダ | 7 | 7 | 肉じゃが わかめとえびのサラダ |
| 28 | コーンクリームスープ ロールパン | 21 | 21 | みぞ汁 ごはん |
| 1 | 豆腐ハンバーグ～和風あん～ 春雨サラダ みぞ汁 ごはん | 8 | 8 | 甘酢鶏のから揚げ 千ゲン菜ときこの和え物 中華スープ ごはん |
| 木 | 15日☆お弁当日☆ | 木 | 22日☆お誕生日会☆ | |
| 16 | 白菜と牛肉のトマト煮 じゃがいものサラダ コンソメスープ ごはん | 9 23 | 9 | 里芋と鮭の炊き込みごはん こぶひら みぞ汁 りんご |
| 3 | 炒めビーフン 小松菜ともやしのだし和え 中華コーンスープ ごはん | 10 24 | 10 | 和風あんかけ焼きそば ミートボール みかん缶 ごはん |

「甘酢鶏のから揚げ」
から揚げは、子どもたちの
大好きなメニューの1つ
ですね！
今回は、揚げた鶏肉に
甘酢ダレを絡めます。

他にも、衣にゴマやカレー
パウダーを入れたり、
絡めるソースを変えたり、
はたまた、衣自体を違う
ものに変えてみたり・・・と
バリエーションはたくさん
ありますね☆

- * 仕入れの都合上、献立内容を変更することがあります。
- * 離乳食、アレルギー食も実施しております。
- * 化学調味料などできるだけ使用しないようにしています。

☆節分行事食(2日)☆

- * 太巻き寿司*
- * 納豆巻き* *いわし煮*
- * 和風うどん*
- * キャベツサラダ*

☆1月 お誕生日会メニュー☆

- * チキンマカロニグラタン*
- * 春雨サラダ*
- * コーンクリームスープ*
- * ぶどうジュース*
- * ロールパン*

手作りおやつ

| | 離乳食 | 乳児・幼児 | | 離乳食 | 乳児・幼児 |
|--------|---------|------------|--------|----------|-----------|
| 7日(水) | きなこ蒸しパン | 黒ゴマきなこ蒸しパン | 9日(金) | トースト(パン) | ヨーグルトトースト |
| 14日(水) | しらすおにぎり | じゃこ昆布おにぎり | 15日(木) | パンケーキ | ミートドック |
| 20日(火) | 野菜スープ | 切干大根のスープ | 23日(金) | トースト(パン) | ラスク |
| 27日(火) | 豆入りおやき | 黒糖きなこ豆 | 28日(水) | 青のいおにぎり | ゆかりゴマおにぎり |