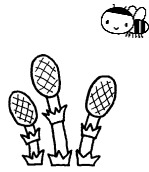


だんだんと日差しが暖くなり、園庭の木々のつぼみも膨らみ始めました。今年度も残り一か月となり、新年度に向けて忙しい毎日を送っていらっしゃると思いますが、春の陽気を感じながら毎日元気に過ごせるようにしましょう。



<桃の節句>

女の子の成長と将来の幸せを願う行事として「ひな祭り」があります。3月は桃の花が咲き始め、桃には魔除けの力があると考えられています。その為、3月3日に行うひな祭りを「桃の節句」と呼ぶようになりました。

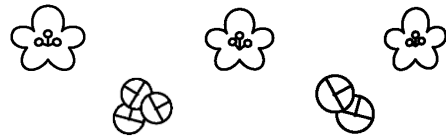
また、無病息災を祈り、紙で作った人形で体をなで、一年のけがれや災いを移して、川や海に流した「流し雛」が始まりだとも言われています。

<ひし餅>



桃の赤、雪の白、新しい芽の緑という春をあらわし、この3色のお菓子を食することで、健やかに成長できるという意味があります。

- 桃(くちなし) : 魔除け・生命
- 白(ひしの実) : 清らかさ
- 緑(よもぎ) : 健康・木々の芽吹き



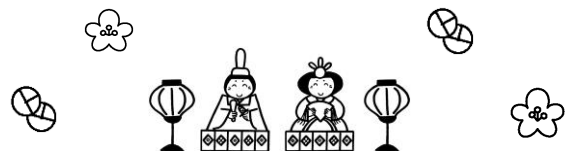
<ひなあられ>

主に桃色、緑色、黄色、白色の4色で色をつけられたもので、それぞれが一年の四季をあらわしていると言われています。一年を通じて健やかに過ごせるよう願いが込められています。



<雛人形>

生まれた子どもが健康でやさしい女性に育つよう、災いが降りかからないように願いが込められています。



<白 酒>

桃の花びらを酒に浸した桃花酒と合わせて紅白とし、祝福をあらわしています。

<食事のマナーについて>

食事を通して、「身体」や「こころ」を育て、「人間関係」を築き「伝統文化」を学ぶことができます。毎日、楽しく食事をするためにも、食事のマナーについて見直してみたいと思います。

あいさつ

「いただきます」「ごちそうさま」を言うことで、食事を作る人などへの感謝の気持ちを持てる子どもに育ちます。

箸や食器の持ち方

箸や茶碗をきちんと持つようにしましょう。食文化の伝承として大切にしましょう。



食事の環境

食事に集中できるよう、テレビを消したり、大好きなおもちゃなどが見えないようにしましょう。



食事の会話

一日の出来事などを話すなど、会話を楽しみましょう。また、今日の料理について話すことで、食事への関心や食べ物を大切にする心が育ちます。

子どもは、大人を見本にして食事のマナーや箸の持ち方などを学んでいきます。ひとりで食事をしてはマナーを身に付けることはできないので、なるべく家族そろって楽しく食べるようにしましょう。



桜の花は見て楽しむだけでなく、「花開く」という縁起の良さから、お祝いのときに「桜湯」にしたり、椀種やお寿司やおこわの具などに使われています。

桜とつく食べものには、桜の咲く時期に獲れ、身の色もピンク色である「桜鯛」といわれる春の真鯛があります。脂肪が少なく淡泊ですが、ビタミンB群やDHAを多く含んでいます。

他にも、馬肉のことを「桜肉」、馬肉を使った鍋には「桜鍋」、しょう油で薄く色づけしたものや、塩漬けた桜の花や葉を使った料理を「桜」をつけて呼びます。

桜の花を料理に添えるだけでも華やかさを演出できます。春を楽しみたいときやお祝いのときに使ってみてはいかがでしょうか。