



# だいでこるだより

2019年  
1月号



## 新年あけましておめでとうございます



新しい1年がはじまりました。どのようなお正月を過ごしましたか？1月のお正月にはおせちやお雑煮を食べて新年を迎えます。お正月は五穀豊穡をつかさどり、新しい年も守って下さる歳神様をお迎えし、新年の幸福をお祈りする行事です。おせち料理には子孫繁栄・長寿・魔除けなどの願いが込められおり、1年の初めにおせち料理やお雑煮を食べることで幸せな1に年になると言われています。



## 七草で胃腸をいたわり、無病息災を願おう！



1月7日は「七月正月」といわれる日です。前の日に山でつんだ七種類の草を刻んでおかゆに入れて食べると病気をしないとされていますこのならわしは平安時代に中国から伝わってきました。正月の美味しい料理を食べ過ぎて疲れたおなかを休めるのにいいといわれています。

七草粥を食べてお正月のおいしいご飯を食べて疲れた胃腸をゆっくり休めましょう。家族みんなで春の七草を暗唱しながら七草粥を食べてみてください♪

### ♪はるのななて♪



春の七草  
 はずしろ  
 すずな  
 ほとけのざ  
 はこべら  
 ぎょう  
 なすな  
 せり



郷土



## 長崎県 かすてら

約400年前にポルトガルから日本に伝わってきた長崎を代表とする西洋菓子。原材料は小麦・卵・砂糖・水あめ。カステラの底に残るザラメが特徴。日本で独自にアレンジを加えられたことでカステラは和菓子に分類されています。



世界



## アルゼンチン

アルファホール

アルファホールはスペインのお菓子が植民地時代に南米に伝わったものです。ミルクジャムがクッキーに挟まっているのが定番ですがチョコでコーティングされたり、アレンジされているものもあります。甘くて美味しいので大人も子どもも大好きなお菓子です。



5日頃

## 小寒 しょうかん

## くらしのこよみ

## 大寒 だいかん

20日頃

池や川の氷も厚みを増し、寒さが厳しくなる頃です。この日を「寒の入り」といい、寒さの始まりを意味します。そして、小寒と大寒を合わせたおよそ1か月を「寒中」「寒の内」といい、寒中見舞いを出す時期とされています。

冷え込みも激しく、寒さが最も厳しい頃。二十四節気の最後の節気で、ここを乗り切れば春がもうすぐやってきます。寒気を利用した食物（凍り豆腐・寒天・酒・味噌など）を仕込む時期にもあたります。



鏡もち



正月飾り

あけまして  
おめでとう  
ございます



おせち料理



玄関や各部屋にお正月飾りや鏡もちを置きました！  
気持ちを新たに2019年のスタートです！

## 冬野菜

寒い中、水やりや間引きも頑張っています！今週はラディッシュを収穫しました。

