



ひな祭りにまつわる食べ物



ひし餅：水面に広がって繁る植物の「菱」に由来しています。
ひし形は成長や繁栄のシンボルとして古くから親しまれてきた形です。
桃色は「魔除け」白色は「清浄」緑色は「健康」を表しています。

ひなあられ：ひし餅を外で食べやすくするために砕いて焼いたのが発祥と言われています。
地域によって様々な種類があります。

甘酒：昔は邪気払いのため白酒（どぶろく）を飲む習慣がありましたが子ども向けに栄養価も高く消化に良いアルコールの入っていない甘酒に代用されました。

蛤の吸い物：蛤はもともと対だったものだけが、ぴったり合うことから一生添い遂げる、良い夫婦にちなんで出されます。

ちらし寿司：ちらし寿司の具材といえばエビやレンコンですがそれぞれエビは腰が曲がるまで健康で長生きできるようにレンコンは先が見通せるようにという意味があります。

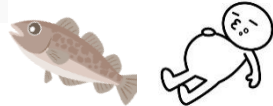


食のことは

◇たらふく食べる◇

おなかがいっぱいになるまでたくさん食べるという意味です。

魚のタラはとても大食いでおなかが膨れていることから「^{たらふく}鰯腹」という字が使われていますが言葉の意味は「足る」（充分・満足）からきていると言われています。



おねがい

3月14日(金)

お別れ遠足の為
ご家庭でお弁当の用意をよろしく
お願いします。
おやつは保育園で用意したものを
食べます。



※ミニトマト・カップゼリー・ぶどう等は
誤嚥を防ぐため保育園では
提供していない食材です。
お弁当には入れないようお願いします。

一年の食事を振り返って

子どもたちは1年間、行事や活動を通して様々な経験を重ねてきました。
今年も子どもたちと一緒に考え、楽しみながら食への興味と関心をはぐくんできました。
春には苦手だったものが食べられるようになったり、食事量も多くなり食事の時間を楽しみにしてくれたり
子どもたちとの距離が縮まった嬉しい1年でした。