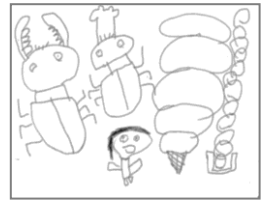




あさか食育だより



溝沼保育園5歳児作品

令和2年3月

寒さの中にも、やわらかな日差しに、春の訪れを感じられる季節になりました。今月は、いよいよ卒園式がありますね。

さくら組のみなさん、卒園おめでとうございます。

進級するみなさんも、この1年、こころもからだも成長され、たくさんの思い出ができたことと思います。これからの食事の時間も、楽しく豊かであることを祈っています。

ひな祭りの行事食



3月3日は、ひな祭りです。『桃の節句』ともいわれ、女の子が美しく成長し、末永く幸せになれるよう祈り願う行事です。ひな人形を飾り、桃の花、ひしもち、ひなあられ、白酒などを供えます。



ちらしずし
菜の花やたいのでんぶ、えびなどをあしらいます。彩りが美しく女の子のお祭りにぴったりです。




はまぐりのお吸い物
同じ貝としか貝がらが合わないことから「よい相手と結ばれますように」と願います。はまぐりからは上品な味のだしとれます。



ひしもち
赤には魔よけ、白には清らかさと長生き、緑には健康への願いが込められています。



ひなあられ
もともとは、ひしもちをこまかく砕いて作ったあられです。関東では甘いボン菓子(爆米)になりました。



白酒
もち米やみりんで作るお酒。子どもはアルコールのない甘酒やジュースで楽しみましょう。



《 春の彼岸 》

お彼岸は、先祖の霊を供養するために、『ぼたもち』または『おはぎ』を供えます。

春のお彼岸の『ぼたもち』は、牡丹の花をかたどって、丸く大きく豪華な形をしています。冬を越して皮がかたい小豆を使用するため、あんこは、こしあんです。

