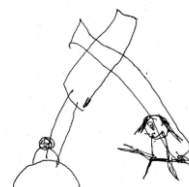




あさか食育だより



栄町保育園5歳児作品

令和7年1月

あけましておめでとうございます

新しい年を迎え、清々しい毎日を過ごされていることと思います。今年も、子どもたちの健康と成長を支え、安全でおいしい給食を提供してまいります。寒さが厳しい時期ですが、よく食べ、よく遊び、よく寝て、元気いっぱいの毎日にしましょう。



おせち

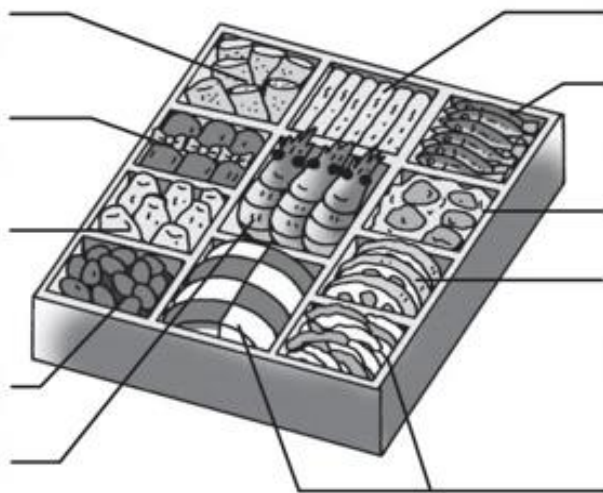
おせち料理は、新しい年の健康や幸せを願う料理です。元々は、五節句（上巳の節句や、端午の節句など）に食べる料理という意味でしたが、正月の料理だけを「おせち料理」と呼ぶようになり、おめでたいことを重ねる願いから重箱に詰めるようになりました。

子孫繁栄

- ・数の子：にしんの卵。一腹にたくさんの卵がある
- ・昆布巻き：「にしん＝二親」「養老昆布＝よろこぶ」
- ・さといも：親いもに子いもがたくさん付く

健康

- ・黒豆：まめ（勤勉、健康）に過ごせますように
- ・えび：長い髭と腰が曲がった姿から、長生きできますように



豊作

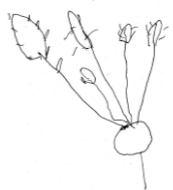
- ・たたきごぼう：土の中にしっかり根を張る
- ・田作り：かたくちいわしを肥料に使った

金運

- ・きんとん：金団という字から金運上昇の願い
- ・れんこん：「運」が付き見通しがよい

邪気を払う

- ・紅白〇〇：赤は魔除け、白は洗浄。かまぼこは初日の出、なますは祝いの水引を表す



七草がゆ

七草がゆに使用される野草は「春の七草」と呼ばれています。

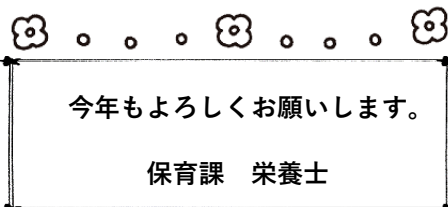
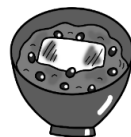
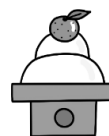
新春に摘むことができる七草の野草が入ったお粥を食べて、1年間の無病息災を願います。お正月のごちそうで疲れた胃腸を整えることも期待できます。



鏡開きのお汁粉

お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割ってお汁粉や雑煮にします。ただし、「割る」という言い方は避け、末広がりで縁起のよい言葉である「開く」を使います。

保育園では、1月10日に「さつま汁粉」がでます。



今年もよろしくお願いします。

保育課 栄養士