



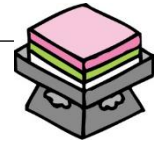
2020/2/28 (金) 清水保育園

春の訪れとともに、日差しも温かくなってきました。今年度も残すこと1ヶ月となりました。クラスのお友達、きく組さんとたくさん思い出を作りましょうね！

季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活と、バランスのとれた食事をとり元気に登園しましょう♪

## ♡ひなまつり♡

3月3日は、ひなまつりです。ひなまつりには古くから伝わる伝統的なお祝い料理があり、それぞれの料理や色にも縁起の良い意味が込められています。



### ☆菱餅（ひしもち）☆

赤（ピンク）、白、緑の餅をひし形に切って重ねたものを飾ります。

色の意味には諸説あります。赤（ピンク）はクチナシを使用し「魔よけ」「おめでたい色」、白は菱（ひし）の実を使用し「子孫繁栄と長寿」「清らかさ」、緑はヨモギを使用し「邪気を払う厄除け」「健康」を意味する説と、赤（ピンク）は桃の花、白は地上に残る雪、緑は雪の下に芽吹く新緑を象徴し、ひなまつりの頃の情景を表すものであったという説があります。

### ★ひなあられ★

ひなまつりの代表的な和菓子のひとつで、餅を細かく切ったものを揚げたり、炒ったりして、砂糖をかけて甘味をつけます。菱餅の色付きの餅を使えば色付きのあられができますし、白い餅で作ったあとに色を付ける場合もあります。

### ☆白酒（しろざけ）☆

もともとは桃が百歳を表す「百歳（ももとせ）」に通じることから、桃の花を酒に浸した桃花酒（とうかしゅ）を飲む風習があり、その後、みりんに蒸した米やこうじを混ぜて1カ月ほど熟成させた「白酒」の方が親しまれるようになったそうです。「白酒」はアルコール度数10%前後のお酒で大人しか飲めないのに、子どもに

### ★はまぐりのお吸い物★

はまぐりの貝殻は貝合わせという遊びにも使われるように、対になっている貝殻でなければピッタリと合いません。このことから、仲の良い夫婦を表し、一人の人と生涯連れ添うようにという願いがこめられています。盛り付けるときに、開いた貝の両側にそれぞれ身をのせ、1つの貝に2つの身がのるように盛り付けます。

### ☆ちらし寿司☆

ちらし寿司そのものに、ひなまつりのいわれがあるわけではありませんが、えび（長生き）、れんこん（見通しがきく）、豆（健康でまめに働ける）など縁起のいい具材が祝いの席にふさわしく、みつば、たまご、にんじんなどの華やかな彩りが食卓に春を呼んでくれるため、ひなまつりの定番メニューとなったようです。

