



2月は一年で一番寒いイメージがありますが、立春を迎えると暦の上では春になります。なるほど冬至のころと比べると、ずいぶん日が長くなっているのを感じませんか？固く凍った土の下では、もう新たな命の息吹が始まっているのかもしれませんが。子どもたちは気温の変化や日の長さに敏感で、季節によって生活のリズムも左右されやすいですね。

さて、インフルエンザや冬特有の吐き下しなどはまだ心配が続きます。インフルエンザの原因は、空気感染ではなく飛沫(ひまつ)感染や接触感染だと言われますが、どんな対策が有効なのでしょう。園や学校などでは給食時の感染を避けるため向き合って食事をせず、一方向を向いて食べるといった工夫をしているところもあるようです。乾燥対策として、加湿器がなければ洗濯物を室内に干したり、濡れタオルを下げるだけでも喉や鼻が楽になりますね。

2月下旬には、ひな人形を飾る目安と言われる二十四節気の一つ『雨水』(雪が雨に変わる頃)があり、寒さも終わりが見え始めます。体調管理をして冬の生活、冬の遊びを満喫しましょう。



『豆まきの豆。何故大豆を炒るのでしょうか？』

○落花生を使うことも多いですが、園などでは大豆を炒って豆まきをします。なぜ豆は、生(なま)でなく炒って使うのでしょうか？諸説ありますが、絵本でこんなお話があります。

『干ばつに困っていた村に雨を降らせてくれた代わりに、鬼へ嫁いだお福。家へ帰りたいと願ったお福は、母が忍ばせてくれた菜の花の種を道すがらまき、季節が巡って菜の花が咲いた頃それを目印に家に戻ります。お福を取り戻しに来た鬼に向かってお福の母は、「芽が出たら迎えに来い。」と炒った大豆を渡します。鬼は豆を植え水をやりますが、炒った大豆から芽が出るはずもなく、それからというものその村では毎年、「鬼は外！」と炒った豆を外に向かってまくようになったということです。』

〈鬼といりまめ〉より

これは一例ですが、伝統行事のいわれを知って参加したり、お子さんに話してみるのも楽しいですね。



地域の行事紹介(道祖神祭り)

○むかし道祖神は、地区(村)の中心や入口にあって旅人らの目印になったり旅の安全を願うものだったようですが、現代ではPTAも協力して行う子どもの行事として残っていることが多いようです。

真田地域戸沢地区では、2月8日に道祖神祭りが行われます。戸沢神社近くに大きな道祖神の石塔があり、お子さんがいる家庭が、わらで作った馬を引いて集まり、各家庭手作りの『ねじ』(米粉で作った色鮮やかなもので、中にあんこが入っているんですよ!)を交換します。子どもの健やかな成長を願うものですが、『わら馬』や『ねじ』は昔から伝承されているもので、メディアでも紹介されています。子どもを想う温かな気持ちが伝わります。



公立保育園給食レシピ集より、簡単にできるおやつレシピを毎月紹介していきます。

◇ポテトピザ

～ おやつですが、軽食にもなりますね！～

材 料	幼児1人分	大人4人分	〈作り方〉
じゃが芋	50g	240g	① じゃが芋は1～1.5cmの厚さのいちよう切りにし、茹でるか蒸す。 ② 鍋またはフライパンでベーコンを炒める。 ③ 牛乳とマヨネーズを混ぜ、①、②を混ぜる。 ④ 天板にクッキングシートをしき、③をのせてチーズを散らす。 ⑤ ④のチーズが溶けるまで、オーブントースターまたはフライパンで焼く。
ベーコン(短冊切り)	5g	25g	
ピザ用チーズ	10g	50g	
マヨネーズ	3g	14g	
牛乳	3g	14g	
*プチトマトやピーマンを切ったのせるなど、アレンジを楽しんでください。お正月に余ったお餅を薄くスライスして、じゃが芋の代わりにしても美味しいかな？			