



子育て支援コーディネーター通信



新年あけましておめでとうございます。今年も幸多き年でありますよう、心よりお祈り申し上げます。新年を新たな気持ちでスタートしたいですね。「一年の計は元旦にあり」といいますが、皆さんはどんな計画を立てていますでしょうか？



お正月遊び紹介

お正月遊びは子どもたちが昔からの風習や伝統を学ぶ良い機会にもなりますが、遊び方や意味を知らないという方も多いのではないのでしょうか。是非この機会に由来などを知って皆さんで遊んでみてはどうでしょう。

●福笑い・・・目隠しをして、顔の絵が描かれた紙の上に「目」「鼻」「口」など顔のパーツを置いていく遊びです。出来上がった顔をみんなで笑い合う事から、「笑う門には福来る(いつも笑い声が満ち、和気あいあいとした家には自然と幸福が巡ってくる)」ということわざのように縁起が良く、お正月に相応しい遊びとされていたようです。



●凧あげ・・・『立春の季節に空を見上げるのは健康にいい』といった言葉が由来と言われています。また、凧が高く揚がると神に願いが届く、子どもが健やかに成長する、ともされていて、願掛けとして凧揚げをするそうです。

●羽根つき・・・羽根つきの羽についている黒い玉は、「無患子(むくろじ)」という植物の実。この漢字は「子どもが病気にならない」という意味だそうで、その年の健康を願って遊ばれるようになったそうです。また、羽子板で羽を打ち合い、落としてしまったら罰ゲームとして、墨で顔にラクガキをするというもありますが、魔よけの意味が込められているそうですよ。

●独楽回し(こままわし)・・・みんなで一斉に回し、ぶつけて競い合う「喧嘩ゴマ」などの姿から、「男の子にたくましく育てほしい」という願いが込められているそうです。こまはまっすぐと芯が通ってよく回るので「物事が円滑に進む」「お金が良く回る」などとされ、お正月遊びの定番になったようです。



●その他・・・だるま落とし、すごろく、かるた、など...色々ありますね！

移動図書館をご存知ですか？



交通手段などのハンディから図書館に来館できない方のために、移動図書館車が自治センターや公民館などを巡回しています。『やまびこ号』は上田地域と真田地域を巡回、『あおぞら号』は丸子地域と武石地域を巡回しています。

詳しいコースや日程などは各地域の図書館にご確認いただくか、上田市のホームページにも掲載されています。

運転免許証や健康保険証など本人確認書類をお持ちいただければ、移動図書館で利用者カードも発行してもらえます。(再発行は図書館のみ)

一人10冊までを、やまびこ号は次回の巡回日まで、あおぞら号は4週間借りることができます。

- ◎ 上田図書館 材木町1-2-47 TEL 22-0880
- ◎ 真田図書館 真田町長7178-1 TEL 72-8080
- ◎ 丸子図書館 中丸子1771-11 TEL 42-2414

お正月料理をアレンジした「黒豆蒸しパン」をご紹介します



【材料】10個分程

ホットケーキミックス250g、黒豆(お好み)、砂糖(お好み)、卵1個、バター80g、牛乳80cc

- ①ホットケーキミックスに溶き卵、牛乳、溶かしたバター、を入れてよく混ぜる。
- ②黒豆を入れてよく混ぜ合わせる。
※トッピング用の黒豆も残しておく。
- ③お好みのカップ容器の8分目まで入れ、トッピング用の黒豆を上に乗せる。
- ④蒸し器に入れて約15分程蒸せば出来上がり。
※フライパンを代用したやり方は、★ココット型(耐熱容器ならOK)かプリンカップに紙カップを敷き7分目程中身を入れる。フライパンに2cmの高さの水を入れて沸騰したら★を入れ中火にし、蓋をして12分程蒸す。水滴が付くのが気になる時は濡れた布巾で蓋を包んでください。



※竹串を刺してみても生地がくっつかなければOK！